

بنت النيل
فبراير ١٩٥٦



تاريخ المرأة المصرية

للمرأة المصرية تاريخ مجيد وماض تليد ، فالمرأة الفرعونية كانت لها مكانة كبيرة فى قومهـا حتى وصل الامر بالفراعنة الى أن اعتبروها منبع الحيـاة والحضارات التى لها قصة من أروع قصص التـاريخ القديم ، وذهب بهم الخيال كل مذهب لدرجة أنهـم جعلوا النيل الذى هو منبع الحياة فى مصر تكون من دموعها التى بكت بها زوجها عند موته ٠

كان هذا هو مكان المرأة عند قدماء المصريين ثم جاء عهد الجاهلية فانحدرت فيه المرأة وأصبحت لا مكانة لها بينهم ولا وجود لها كانسان فى حياتهـم وكانت تورث كما يورث المتاع والعقار ٠

بيد أن هذا الوضع لم يقبله الاسلام فأنصفها ورد اليها اعتبارها وسوى بينها وبين الرجـل فى الامور العامة وفى حياة الاسرة جعلها سـكن الرجل وأقام علاقتهما على المودة والرحمـة فقال تعالى : ((ومن آياته ان خلق لكم من انفسكم أزواجا لتسكنوا اليها وجعل بينكم مودة ورحمة)) ٠

ولكن جاء الحكم التركى وعهود الاستعمار فسلبت المرأة ما حباها به الاسلام السمح الكريم ٠

واستمر الامر على هذا المنوال حتى قامت المرأة تنادى بوجودها فى الحياة ورد ما سلب منهـا اليهـا ووقفت الى جوار الرجل جنبا الى جنب فى الكفاح والتعاون فشاركت فى ثورة عرابى وسقطت شـهيدة مع الشهداء ٠

وفى ثورة ١٩١٩ قادت المظاهرات وتقدمت الصفوف وعرضت صدرها لرصاص المستعمرين ٠ نزلت وهى محجبة ـ ونسيت أن أولى الامر لم يسمحوا لها بهذا النزول ـ ولكنها نزلت مدفوعة بوطنيتها للذود عن حقوق بلادها ، ومؤمنة بأن تخليص البـلاد من المستعمر فرض على الرجال والنساء على السواء ٠

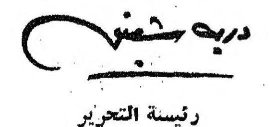
ثم وثبت هدى شـعراوى وثبتهـا فمزقت الحجاب بمحض ارادتها غير مبالية بالحملات الظالمة التى شنت عليها وهاجمتها فى حياتهـا العامة والشخصية ٠

ومن هذا الحين والمرأة تصمم على أن تسترد ما سلب منها فصممت الفتاة على دخول الجامعة فكان لها ما أرادت ثم اقتحمت ميادين العمل التى أوصدت أمامها زمنا طويلا ولكنها بعزمها حطمت الاغلال وأصبح فى بلادنا الان مئات من الاسـتاذات فى الجامعـات والمحاماة والصحافة والاذاعة والطب ٠

ثم دخلت المرأة المصرية ميـدان الخدمة الاجتماعية فبرهنت على أن هذا الميدان هو ميدانها أيضـا وسجلت فيه صفحات ناصعة ٠

وهناك أيضا ملايين الفلاحات والعاملات اللواتى يتحملن أكبر المسئوليات فى سبيل الوطن بالعمـل ليلا ونهارا الى جوار الرجل لصالح البلاد ٠

وها هى ذى المرأة المصرية تفتدى بكل غال وعزيز فى سبيل كرامتها مؤمنة بأن الام التى تشعر بأنها مكان الكرامة والتقدير قادرة على أن تخلق جيلا جديرا بتحمل أكبر المسئوليات وأضخمها ٠



رئيسة التحرير



أمل ضائع

ان الامل الوحيد الذى تعيش
به اسرائيل هو الصلح مع

أخبار غربية

• لعبت المرأة دورا حاسما فى الانتخابات الفرنسية الاخيرة وكان من بين المرشحات عدد من الاسماء المعروفة فى الاوساط النسائية الفرنسية ومن بينهن جرين لوكونت صاحبة دار الازياء المشهورة ومدام باكيت كلود المخرجة المسرحية المعروفة فى باريس ومدموازيل كوليت دوفان بطلة الهبوط بالمظلات الواقية ·

• تضمنت المذكرة الاردنية التى أرسلت الى سوريا ومصر والمملكة العربية السعودية ان الاردن يرحب بكل مساعدة ترد اليه من الدول العربية وان الاردن يرغب فى عقد

• قطعت المفاوضات التجارية بين الحكومة اللبنانيه وشركة الزيت العراقى حول توقيع اتفاق بينهما لزيادة الرسوم السنوية للبنان لقاء مرور أنابيب الشركة فى الاراضى اللبنانية ·

• هاجم مسيو خروشتشيف السكرتير العام للحزب الشيوعى السوفييتى المحاولات البريطانية الامريكية لاستعمار الشرق الاوسط واستغلال موارد البترول فى البلاد العربية ·

• صرح سناتورجوف بريكر عضو لجنة الطاقة الذرية بالكونجرس بأن الولايات

• صرح مستر شكبوراه أن بريطانيا والولايات المتحدة الامريكية قدتوصلتا الى اتفاق تام بشأن الموقف فى الشرق الاوسط ·

• أعلنت وزارة الخارجية الاندونيسية انها أبلغت الولايات المتحدة ان حكومة اندونيسيا ترحب بزيارة مستر دالاس لبلادها بعد مؤتمر مانيلا ··

• أعلن فى لاهاى ان الاميرة بيتوكس كبرى بنات ملكة هولندا تبلغ سن الثامنة عشرة يوم ٣١ يناير الماضى، وبذلك تكتسب حقوقا جديدة بوصفها ملكة هولندا المقبلة



المرأة في الحياة الاجتماعية

قالت مدام تيتو ان كنوز توت عنخ آمون هى أجمل ما رأته فى العالم • وقالت ان المرأة اليوجوسلافية لها نفس حقوق الرجال فى المجال السياسى والاجتماعى وفى العمل •• وقد اعجبت سيدات المجتمع بالثوب العاجى والمذهب والايشارب الاحمر المحلى بشرائط من لون الذهب اللذين ظهرت فيهما السيدة اليوجوسلافية الاولى فى احدى الحفلات الساهرة التى أقيمت لتكريمها

وتعنى مدام تيتو عناية خاصة بالهند وقد قرأت عنها عدة مؤلفات وهى تأمل زيارتها فى القريب ••

الملكة السابقة

ومرت بالقاهرة خلال الشهر الماضى ملكة ايطاليا السابقة مارى جوزيه • وقد أقام لها سعادة فان دن بوش سفير بلجيكا فى مصر حفلة استقبال شائقة • والملكة السابقة هى شقيقة ليوبولد ملك بلجيكا السابق •

شامبانيا من يوجوسلافيا

أقام سفير يوجوسلافيا ومدام نيكزبك فى قصر القبة حفلة استقبال كانت الاولى من نوعها فى هذا الموسم • وكانت بطاقات الدعوة تحمل هذه العبارة : « ملابس المدينة » مما جعل سيدات المجتمع فى حيرة من أمرهن • وذهب البعض الى ادارة البروتوكول ليسألن عن نوع الملابس التى يمكن ارتداؤها والتى ينطبق عليها عبارة « ملابس المدينة » • وقد ظهرت مدام نيكزبك بثوب من الجيبور الابيض •

وكان البوفيه حافلا بالمأكولات والمشروبات الفاخرة • واسترعت الانظار الشمبانيا اليوجوسلافية التى قيل انها حلوة المذاق بعكس الشامبانيا العادية •

الثوب الاسود

سألت الكونتيسة ماريا دولوريس آريناليس كريمة سفير اسبانيا احدى سيدات المجتمع المصرى عن السبب الذى من اجله ترتدى الفلاحات المصريات اللون الاسود• وقد أجابت السيدة ان الوفر هو السبب الاساسى الذى يدعو الفلاحات فى مصر الى تفضيل هذا اللون على غيره، والدليل على ذلك ان الفلاحات الموسرات يخترن الالوان الاخرى•• فما رأى الباحثات الاجتماعيات فى هذا السبب ؟

الحلقة الثالثة

قال الاستاذ رشاد مراد مدير عام مصلحة السياحة لاحدى الصحفيات ان الزوجة يجب ألا يقل سنها عن الثلاثين حتى تكون قد استكملت شخصيتها وكونت معلوماتها لادراك ما هى الطريقة لخلق جو سعيد فى بيتها •

الملابس الوطنية

أقام القائم بأعمال سفارة بورما وعقيلته حفلة استقبال بمناسبة عيد بورما القومى• وكان المضيفان فى ملابسهما الوطنية الرائعة • أما عقيلة القائم بالاعمال فقد صفت شعرها على طريقة بلادها فلفتت اليها جميع الانظار•

القطيفة الحمراء

كانت سوزى جريس ابنة السيد الهامى جريس ترتدى ثوبا أنيقا من القطيفة الحمراء وذلك فى الحفل الذى أقامته والدتها تكريما لمسز استر جراف رئيسة الاتحاد النسائى الدولى • ولم يدع الى هذا الحفل سوى السيدات •• واستطاعت مدام جريس ان تحصل من كل مدعوة على جنيه مساهمة منها فى دعم مالية الاتحاد النسائى الدولى

وكان السيد الهامى جريس الرجل الوحيد فى هذا الحفل • وقد أهدى المحتفى بها عقدا كان قد عثر عليه فى احدى المقابر الفرعونية•

أنطونيو

شاهدت عقيلة المريشال تيتو أثناء زيارتها لمصر فرقة «انطونيو» للرقص الايقاعى الاسبانى التى عرضت برامجها فى دار الاوبرا فى أواخر ديسمبر وأوائل يناير الماضى •• وقد أعجبت الضيفة اليوجوسلافية بفن هذه الفرقة التى تعتبر من أقوى الفرق الراقصة التى قدمت مصر فى هذا الموسم •

اللون الاحمر

شاع اللون الاحمر فى الحفلات التى أقيمت خلال الشهر الماضى • فقد ارتدت السيدة قرينة الاستاذ حسن محرم مدير المراسيم بوزارة الخارجية قبعة أنيقة مصنوعة



بعض الرقصات التى عرضتها الطالبات فى احتفالات اعياد الشباب



رقصة الفلاحة يقوم بها بعض الطالبات فى أعياد الشباب



حرم تيتو



الاميرة ليلى الصباح

ليلى كريمة سلطان مراكش



حرم سفير الهند

من القطيفة الحمراء ومحلاة بالترتر ٠

أما السيدة قرينة الاستاذ مصطفى معبد المستشار السياسى لسفارة مصر فى باريس فقد اقتنت معطفا رائعا من القطيفة الحمراء ٠ واختارت قبعة سوداء محلاة بالترتر الفضى ٠

الملح فى الطعام

قال المسيو سولود سفير روسيا السابق فى مصر أنه يوجد تشابه كبير بين الاكل الروسى والاكل الهندى فى كمية الملح والبهارات التى توضع فى كليهما ، وذلك فى الحفل الذى أقامه السفير الهندى بمناسبة سفر المسيو سولود الى روسيا ٠ واعجب المدعوون جميعا بالبوفيه الذى أشرفت على اعداده البيجوم على ياور جنج والذى امتلأ بالمأكولات الهندية الشهية ٠

كريمة سلطان مراكش

سافرت فى خلال الشهر الماضى الى باريس الاميرة ليلى كريمة سلطان مراكش وشقيقها الامير عبد الله الى باريس لاتمام تعليمهما هناك وقد ودعهما فى المطار قبل سفرهما السلطان وكبار رجال الحكومة ٠

رسائل تقدير لكتاب « المرأة المصرية »

بعث استاذ الجيل احمد لطفى السيد والسيد الدكتور على ماهر والاستاذ الدكتور محمد حسنين هيكل والاستاذ توفيق الحكيم والاستاذ فكرى أباظه ، وكثير من هيئات السلك السياسى العربى وسيدات الجمعيات النسائية فى البلاد العربية ورجال الفكر والادب والصحافة ، بعثوا برسائل تقدير الى الدكتورة درية شفيق على الجهود التى بذلتها فى تأليف كتابها الجديد «المرأة المصرية» الذى تناولت فيه تاريخ المرأة من عهد الفراعنة الى وقتنا الحاضر ، وايضاح حقوقها فى الاسلام وجهادها الوطنى وكفاحها لنيل حقوقها الدستورية ٠

٣ كيلو

دعت السيدة قرينة اسماعيل مظلوم بعض الصديقات المقربات الى حفلة كوكتيل خاصة ٠ وقد لبى الدعوة البارونة فون ريختر التى جاءت لتمضى الشتاء بالقرب من والدتها مدام سميكا ٠ وقالت البارونة انها تخشى ان تستعيد الكيلوات الثلاثة التى استطاعت أن تفقدها فى ألمانيا على أثر حضورها ثلاث حفلات كوكتيل مصرية ٠

جولف نسائى

تقوم الانسة نونا صبحى الكريمة الصغرى للدكتور صبحى بتدريب السيدة نازلى شرين على لعبة الجولف ٠ وتقول المدربة الحسناء ان تلميذتها بدأت تتقن اللعبة وانها سوف تبرع فيها انهى داومت على التمرين اليومى ٠

حفلة تنكرية

يتحدث المجتمع عن الحفلة التنكرية التى أقامتها السيدة نادية مقار قرينة السيد نورمان عدس ٠ وكان أغلب المدعوين من رجال وسيدات السفارات الاجنبية ٠

أيام زمان

غنى فريد الاطرش وعبد الحليم حافظ ورقصت سامية جمال فى الحفلة الساهرة الضخمة التى أقامها الثرى موريس دوس فى منزله بالزمالك ٠ وقد زاد عدد الحاضرين على الثلاثمائة ٠



السيدة أمينة السعيد



الدكتورة سهير القلماوى





سامية جمال

« البقية على ص ٩٤ »

الآنسة المثالية المصرية لسنة ١٩٥٦

لم تكن هذه المسابقة – مسابقة اختيار الآنسة المثالية لمصر والعالم – من المسابقات التى ألفها الناس من الصحف بين حين وآخر لاختيار أجمل فتاة أو أجمل ساقين أو أجمل ذراعين مما تعودت الصحف أن تسد فراغها به أو تجذب نوعا من القراء اليها .. بل كانت هذه المسابقة مسابقة من نوع جديد لاتهدف الى شيء من ذلك وانما تهدف الى ما هو أسمى وأجل وأعظم مما كانت تدور حوله المسابقات الخاصة بالمرأة .

وأهم ما تمتاز به هذه المسابقة أنها مسابقة فى سرعة الخاطر والذوق وجمال التعبير وترتيب الافكار بين آنسات العالم لاختيار الآنسة المثالية لكل بلد ثم اختيار الآنسة المثالية للعالم منهن .

وقد اشتركت مجلة «بنت النيل» المجلة النسائية الاولى فى الشرق مع مجلة «ال» الفرنسية لتنظيم هذه المسابقة لاختيار الآنسة المثالية فى مصر من بين المشتركات فى هذه المسابقة واجتمعت اللجنة التمهيدية لفحص الردود واختارت مائة رد يقدمن للجنة التحكيم العليا للمسابقة لاختيار الآنسة المثالية المصرية منهن واختيار العشرة الاوائل فى هذه المسابقة .



الدكتورة درية شفيق ومندوبة مجلة آل تهنئان الآنسة زينب عبد المنعم البيلى بقرار لجنة التحكيم الخاص باختيارها الفتاة المثالية لمصر

لجنة التحكيم

وفى خلال شهر يناير سنة ١٩٥٦ اجتمعت بدار بنت النيل لجنة التحكيم العليا وكانت مكونة من السادة الاساتذة شاعر مصر الاستاذ عزيز أباظه والاستاذ جلال الدين الحمامصى نائب المدير العام لدار التحرير ومسيو يرجو المستشار الثقافى بالسفارة الفرنسية والآنسة خيرية خيرى المحررة بدار الاخبار ومدام سيمون لاكوتور مندوبة مجلة «ال» بمصر والدكتورة درية شفيق ومسيو زيزوس رئيس تحرير البروجريه والاستاذ عبد السلام الشريف والدكتور عبد المنعم البهى وسكرتيرو اللجنة .

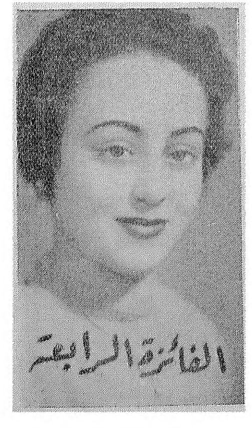
وبحثت اللجنة جميع الردود ثم أعلنت النتائج كما يلى :



الآنسة زيزف زكي كامل



الآنسة روكسان ماركو



عزه احمد بيلي

لجنة التحكيم العليا تختار الآنسة المثالية المصرية
فى المسابقة الدولية لمجلتى «الـ» و «بنت النيل»

• المثالية المصرية تسافر الى باريس على نفقة «بنت النيل» للاشتراك فى اختيار الآنسة المثالية للعالم
الجوائز . والهدايا للأربعة الأوائل والعشرة الأوائل والمائة فائزة الأولى .

الفائزة الاولى :

« الآنسة زينب عبد المنعم مأمون البيلى »
وبهذا أصبحت الآنسة المثالية لمصر عام ١٩٥٦
وكانت الكلمة التى وجهتها الى آنسات العالم هى :

((العالم فى يد المرأة فاحرصن على بقائه فى سلام))

وستسافر الآنسة زينب على حساب مجلة «بنت النيل» الى باريس وتقيم بها أسبوعين للاشتراك فى مسابقات أختيار الآنسة المثالية للعالم .
كما ستفوز أيضا بفستان سواريه وتايير وذلك عدا الهدايا الاخرى التى ستأخذها مع المائة فائزة الاولى فى هذه المسابقة .

الفائزة الثانية :

الآنسة زيزف زكى كامل وكسبت ماكينة خياطة بورليتى وباقى الهدايا التى ستوزع على المائة فائزة الاولى .

الفائزة الثالثة :

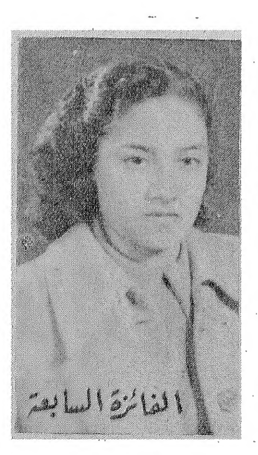
الآنسة روكسان ماركو وكسبت ماكينة خياطة بورليتى وباقى الهدايا التى ستوزع على المائة فائزة الاولى :



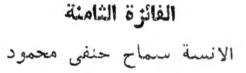
الانسة ابجت عقاد



الانسة سناء نجا



الانسة نفيسة السيد فارس



الفائزة الثامنة

الانسة سماح حنفى محمود

الفائزة التاسعة

الانسة دنيس باتى يوسف

الفائزة العاشرة

الانسة انعام فوده

اقلب الصفحة

الفائزة الرابعة :

الآنسة عزة احمد بيلى وفازت بماكينة خياطة «فان» وباقى الهدايا التى ستوزع على المائة فائزة الاولى :

من الخامسة الي العاشرة :

أما الفائزات من الخامسة الى العاشرة فأنهن قد فزن على الفائزات السابقات بكوبون معهد التجميل الذى يقوم بعمل تسريحات جميلة وباقى لوازم التجميل .

هدايا المائة فائزة :

وستمنح المائة فائزة الاولى ومن بينهن العشرة الاوائل الهدايا الآتية .

ا ــ زجاجة ريحة فاخرة
ب ــ زجاجة مانوكير
جـ ــ قلم حبر ممتاز

حفلة كبرى :

تقيم مجلة « بنت النيل » حفلا لتوزيع الهدايا على المائة فائزة الاولى وذلك بدار بنت النيل ٤٨ شارع قصر النيل فى تمام الساعة السادسة من مساء يوم الجمعة الموافق ١٧ فبراير سنة ١٩٥٦ وتعتبر هذه دعوة من الآن لحضراتهن .

سفر الآنسة المثالية :

هذا وستسافر الآنسة المثالية الى باريس على حساب بنت النيل فى مارس المقبل لتشترك فى مسابقة اختيار الآنسة المثالية فى العالم .

المائة فائزة :

ولم يتيسر لبعض الفائزات اللواتى نجحن فى هذه المسابقة ضمن المائة فائزة الاولى ارسال صورهن وهن الآنسات :

شفيقة على محمد باب الشعرية ـ صفية أحمد توفيق ـ العباسية ـ مديحة احمد رضوان شبرا ـ فاطمة السيد حسن شبرية ـ القاهرة ـ زهرة عضاضه ـ بيروت ـ بثينة شبل محمد عثمان ـ حدائق القبة ـ درية مصطفى شكرى ـ بوردان ـ فريدة عبد المنعم منشية الطيران ـ لوسيل مانهيام ـ القاهرة ـ فوقية ديب ابو دراع بورسعيد ـ نبيلة حمزه الاسكندرية ـ محاسن محمد حسن همام كفر الشيخ ـ ليلى جورج عبده مصر القديمة ـ هدايات عبد الحميد عبد المجيد المنصورة ـ نادية على السرسى السنبلاوين ـ سهام ابراهيم عمر بالسيدة زينب ـ نادية فهيم شبرا ـ بسيمة عبد الرحيم فاقوس ـ نورما توما نقولا القاهرة ـ عائشة سلطان على اسيوط ـ مسرات محمد الحارس سوهاج ـ عديلة عبد الحميد شبارة الاسكندرية ـ نادية فؤاد برشيد ـ حميدة طه يس الاسكندرية ـ هناء محمد زكى القشيرى شبرا ـ رسمية عبد العظيم محمد شبرا ـ عواطف شعبان احمد الاسكندرية ـ سناء احمد العجوزة ـ حكمت البندارى الظاهر ـ مارسيل مسعد الله نصر دسوق ـ سهام محمد سالم شبرا ـ فايزة القويسنى العباسية ـ سهير كامل جبر الجيزة ـ نفيسة محمد الشاطر طنطا ـ زينب متولى دربالة بورسعيد ـ نجاة محمدعوف بورسعيد ـ فوقية ديب بورسعيد ـ مادلين صالح طنطا ـ ايزيس توما عطاالله مصر الجديدة ـ مهجة عبد العليم العباسية .

الصور :

أما الآنسات اللواتى أرسلن صورهن فقد نشرناها فى الصفحتين التاليتين مع أسمائهن

و « بنت النيل » بهذه المناسبة تشكر أعضاء لجنة التحكيم الاولى وأعضاء لجنة التحكيم العليا على قبولهم مهمة التحكيم فى هذه المسابقة العالمية لاختيار الذكاء والفطنة والتفكير والادراك عند الفتيات كما ترجو للائى اشتركن فى هذه المسابقة ولم يكن الفوز من نصيبهن أن يكتب لهن الفوز فى المسابقات الاخرى المقبلة .




مريم نصير صادق


منار محفوظ


تهاني مرسي


نبيلة علي


نادية رزق مرقص


امال مجاهد

بثينة سيد امام


ايزيس عطا الله

فكتوريا زكي كامل


عديلة عباس


نبيلة بلبع


نبيلة علي بيومي


بشري احمد حمزه


نعمات كامل


معالي محمد جلال


زينب عبد الرازق


جميلة هيكل


جورجيت محمد حسين


نفيسة احمد شلبي


نادية ابو بكر


فايزة نوفل


نعمت الله حبيب


امال حلمي


زينب نصير


فاطمة السيد حسن


سميرة محمد حسني


[illegible]


لالا محمود


جمال الحكيم

هيلينة ماركو


ناهد اسماعيل


سهير مطرقة


سلمى العماني

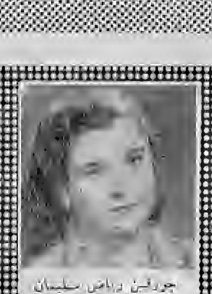

فوقية رأفت


[illegible]


نعمت يعيش


عزيزة الاسلامبولي


صبيحة فهمي امين


جوزفين رياض سليمان


فوقية عبد الرازق


سنية محمد وهبي


سوزانا حنين


امينة رجب


انشراح وهبي


زينب محمد علي


سامية حسن آل


فوزية شحاته


نوبية علي شام


عائشة محمد الحنفي


آمال حبيب









١ ـ كم تبلغ عدد الاعوام التـى امضاها نهرو زعيم الهند فى السجن ؟
ا) ١٢ سنة
ب) ٢٠ سنة
ج) ٥ سنة

٢ ـ اين بدأ الزعيم الانسانـى العالمى غاندى كفاحه من اجل الانسانية ؟
ا) فى الهند
ب) فى بورما
ج) فى جنوب افريقيا

٣ ـ تتكون «القارة الهندية» من هضبة كبرى يطلق عليهـا الجغرافيون اسم :
ا) هضبة التبت
ب) هضبة الدكن
ج) هضبة منغوليا

عهد جديد فى حياتك

كلمة هذا الشهر ليست للجميع ولكنها لكل عـروس جديدة فقط .. أو لكل من هى فى الطريق الى أن تكون عروسا ...

وعلى كل حال فلا مانـع من أن تقرأها كل سـيدة متزوجة أيضا ، لانه لا ضرر منها على الاطلاق .

أنت عـروس الآن ، فى مطلع حياة جديدة بالنسبـة اليك .. لقد انتهى عهد من عهود حياتك ، وابتـدأ عهد جديد ..

والعهد الجديد بخـلاف القـديم ملىء بالمسئوليات والمشاكل والمشاغل ..

أنت ربـة بيت الآن ... ولست مسئولة عـن نفسك فقط ، ولكنك مسئولة عن عشك الجديد وعـن شخص آخر يشاركك فى كل صغيرة وكبيرة من حياتك ..

يشاركك فى أفـراحك وأحزانك .. وفى مسراتك وهمومك .

ان وقتك فى فترة الخطوبة كان يضيع فى غالبية الاحيان فى سبيل تحقيق غايـة واحدة هى التجميل والتزين والبحث فى آخر الموضات ، والتنقيب عن أحدث الموديلات

أما الان فليس هناك وقت لمثل هذه الامور التى لا تعنى سوى مظاهر الحياة فقط.. هناك أعمال كثيرة أمامـك يجب الاهتمام بها .

وليس معنى هذا ان البحث فى شئون التجمل والتزيـن تفاهة يجب طرحها جانبا .. نحن لا نقول ذلك أبـدأ ، ولكنا نقول أن هناك أمورا أخرى يجب أن تشغل بالك أساسا ، ولتكن البقيـة الباقية من وقتك .. البقية التى نطلق عليها وقت الفراغ يجب أن تكون لهذا الهدف .

اعملى على أن تظهرى أمام زوجك وكأنك الخطيبـة القديمة التى تعود أن يهرع اليها فى الاوقات التى يطرح فيها مشاغل العمل جانبا .

ولتكن عنايتك بشعرك مثلا مثل العناية الاولى ..

ولتكن عنايتك ببشرتـك عما كانت فى فترة الخطوبة.

ولتكن أناقتك كاملة كما كانت على الدوام ..

واحرصى على أن تأخـذى حماما يوميا يجدد نشاطك ويزيل كل آثار أعمـال المنزل والجهد منك ...

ان الزوج يريد أن يرجع الى منزله ليستريح من عناء العمل ... انه يريد منك أن تشـعريه بالفارق الكبير بين جو العمل وجو المنزل.. ولذا عليك بتوفير ذلك لـه بقدر الامكان ..

ان الطريق ليس صـعبا كما تتصورين ..

انه لا يحتـاج الى أدوات التجميل من مساحيق وكريم وما الى ذلك .. انه يحتاج الى البساطة .. فكلما كنت بسيطة حصـلت على حب زوجك وتقديره لك ..

واياك أن تفـكرى فى أن زوجك انما يأتى الى المنزل للنوم والاكل فقط ..

ان المنزل ليست هـذه وظيفته والا ما احتاج زوجك الى الزواج . انه يريد أن ينعم بجو آخر خلاف الجو الذى عاش فيه طوال يومـه يعمل ويكد ...

لقد أتعب نفسه فى سبيل أن تساعديه على بناء هـذا العش وتوفير هذا الجو فلا أقـل من أن تستجيبى له وتوفرى كل احتياجاته ...

لا تستقبليه وعلامات النوم مرتسمة على وجهك ...

ان هذه العلامات تشعره بأنه قادم الى فنـدق لا الى منزله ..





٤ – هل هناك صحارى فى شبه الجزيرة الهندية ؟ واين تقع هذه الصحراء ؟
ا) صحراء ثار شمالى غرب شبه الجزيرة
ب) صحراء النفود فى الوسط
ج) صحراء النقب فى الجنوب

٥ – اوجد الاستعمار فى جنوب افريقيا نظاما هو التفرقة اللونية واوجده فى الهند نظاما هو :
ا) السيخ
ب) المنبوذين
ج) المهاسبها

(البقية ص ٨٧)

وقومى بكل ما يتعلق بجمالك وزينتك بعيدا عن ناظريه ، ويحسن أن تقومى بها قبل قدومه ..

واياك أن تدخلى سريرك وأنت رابطة شعرك أو واضعة الادوية والمستحضرات المختلفة على بشرتك ...

انك ان فعلت ذلك ستصدمينه فى الفكرة التى كونها عنك فى فترة الخطوبة والان فلنترك موضوع التجميل والتزين ..ولندخل فى موضوع آخر ..

يجب ان تتفننى فى اظهار جاذبيتك لزوجك ..

والجاذبية لا تعتمد على التجميل فقط ، ولكنها تعتمد الى حد كبير على شىء قد تعتقدين انه غريب ... انه يعتمد على رائحتك ... أى والله رائحتك ...

تخيرى لنفسك عطرا خاصا عوديه عليه ، ولا تكونى مغالية فى استعمالك له اذ يحسن الاقتصاد حتى تبدى طبيعية بسيطة ..

وأخيرا عليك بحل مشكلة كبيرة تعترض أكثر زيجاتنا انها مشكلة «وقت الفراغ» ..

كيف تستمتعين انت وزوجك بيوم العطلة الاسبوعية ؟؟ ..

يجب أن تضعى نصب عينيك أن تقضيا هذا اليوم بعيدا عن المنزل أو بعيدا عن المنازل اطلاقا ..

وأنا أقصد بذلك ان الكثيرات يقضين هذا اليوم فى زيارة الاقارب والمعارف بينما يجب قضاؤه فى أى مكان آخر ..

والحكم الذى ينطبق على العطلة الاسبوعية ينطبق على العطلة الصيفية أيضا ، الا أن التفكير فى كيفية قضاء الاخيرة يستلزم التفكير فى توفير المادة اللازمه لذلك .

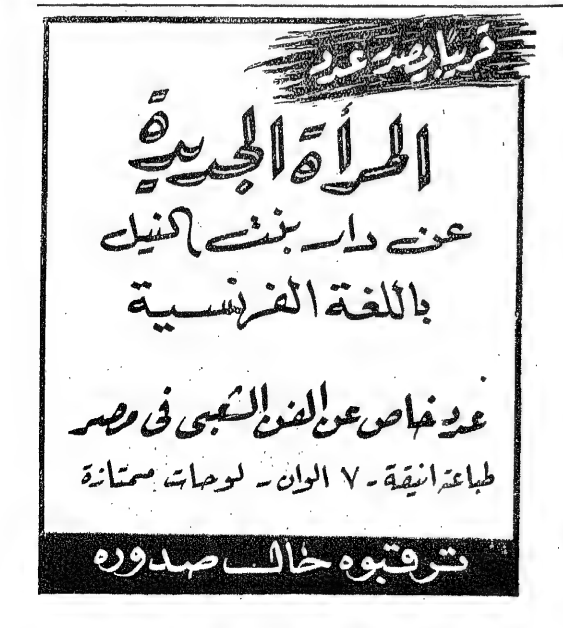
والوسيلة الوحيدة للتغلب على هذه العقبة المادية هى ان تتفقى أنت وعريسك أو زوجك فى توفير جزء من دخلكما للصيف ..

ان هذه الرحلة الصيفية فى الواقع ليست سوى تجديد لشهر العسل فاحرصى على أن تستمتعى بها قبل مجىء الاطفال ..

اننا ننسى دائما ذكرى أيام طفولتنا على مر الزمن .

ولكن تلك الايام التى نمضيها على الشواطىء أو فى الريف هى وحدها التى تبقى متوهجة فى ظلام الماضى لتبعث فى قلوبنا الدفء ، وتدفع فى شفاهنا الابتسام .





الاسلام منبع الطب الحديث

للدكتور عدلى أباظه

عيادة بنت النيل

قال عليه الصلاة والسلام « اذا ولغ الكلب فى اناء احدكم فليغسله سبعا احداهن بالتراب » والتراب يسمى بلغة الطب La Terra أى التربة والتراب ومنها اشتق الاسم (تراميسين) وهو أحدث مبيدات المكروبات وأقواها ، ولا يزال التراب يستعمل فى القرى كمطهر للجروح ويندر ان يحدث منه تسمم رغم تلوثه بمختلف أنواع البكتريات ، والتراميسين — عقار مستخلص من فطر يعيش فى صميم التربة ومنها اشتق اسمه ، واليه يرجع الفضل فى قدرته الفذة ، مع بساطة متناهية فى كيفية الاستعمال لما امتاز به التراميسين من ثبات عجيب يقيه من التلف أو التحلل بالمؤثرات الطبيعية أو الكيماوية ·

ويعد هذا الكشف أهم حدث فى عالم الطب أعقب اكتشاف (البنسلين) ، تلك المادة التى أحدثت انقلابا شاملا فى طرق العلاج ومصدر الامراض ، فمكروب الالتهاب الرئوى كان يودى بحياة صاحبه فى أغلب الاحيان ، وقد قلت ضراوته باكتشاف السلفا ، أما بعد (البنسلين) فقد اصبح عاجزا تماما عن أن يحدث أتفه الاضرار ·

غير ان (البنسلين) مادة مدللة تتطلب المبالغة فى الحيطة للحصول على الاثر المطلوب ، فهى تتأثر بالحرارة وتتحلل بحموضة المعدة، ومن ثم لا يجدى تناولها عن طريق الفم فتيلا ، وكذلك تتلف بالكحول ، و (البنسلين) يترك الدورة الدموية سريعا، لذلك وجب ان يحقن به المريض كل ثلاث ساعات ليلا ونهارا مع ما فى ذلك من مشقة وعناء وازعاج للمريض وذويه — ولقد بذلت محاولات عدة لاستبقاء (البنسلين) فى الدورة الدموية مدة طويلة ، فأضيف له الشمع تارة ثم الزيت تارة أخرى ثم البيروكايين أخيرا ولكن لكل هذه الانواع مساوئه مما يضع الطبيب المعالج فى مركز دقيق، اذ عليه ان يزن الامور جيدا لاختيار الاصلح منها — والى جانب هذا هناك مكروبات كثيرة لا تتأثر بالبنسلين وما أعقبه من مبيدات وقد ثبت أن كل عقار له مبيداته الخاصة ·

و (التراميسين) مجال واسع فى مقاومة البكتريا من مكورات وعصويات ويصلح للتعاطى عن طريق الفم · وقد دلت التجارب الاولية على ان (التراميسين) يشفى معظم الالتهابات الحادة ، ويشفى الالتهاب الرئوى فى مدة يومين، وقد يشفى مرض السيلان فى ٢٤ ساعة · وشفى حالات من السعال الديكى فى ٣ أيام وحالات من الحمى المالطية فى ٣ ايام ، وبعض حالات من التيفوس فى ١٤ ايام وهذه الحالات كلها تبعث على التفاؤل الشديد ·

ننتقل بكم الى اية من ايات الله الكبرى قال تعالى فى سورة النحل « ثم كلى من كل الثمرات فاسلكى سبل ربك ذللا يخرج من بطونها شراب مختلف ألوانه فيه شفاء للناس أن فى ذلك لآيات لقوم يتفكرون » ·

ان لعسل النحل فوائد غذائية للصحيح كما للمريض بل ويلائم المريض لانه شفاء، وتلك الخواص يعرفها القدماء ويتداوون بها ، غير أننا الان بصدد ما أثبته العلم الحديث فى الابحاث التى بينت وفسرت الاية الكريمة والاحاديث النبوية بخصوص عسل النحل وكيف أنه شفاء، والسر يتلخص فى أن عسل النحل ليس البيئة غير الصالحة الملائمة لحياة المكروب فحسب بل ان المكروب يهلك ويموت اذا مكث فى غسل النحل ، وهذا ما قاله العلم الحديث ·

اعتقدوا قديما ان عسل النحل وسط ملائم لنمو البكتريا وتكاثرها كما هو الحال فى اللبن · ولكن أحد العلماء الزراعيين (الدكتور Sachell) البكتريولوجى بجامعة كولورادو أثبت بالادلة القاطعة ان عسل النحل خال من المكروبات وأنه بيئة غير صالحة لمعيشتها ، ذلك أنه أدخل فى كمية من عسل النحل كثيرا من انواع المكروبات الضارة بالانسان، فما أشد دهشته عندما وجد انه قد قضى على بعضها بعد عدة ساعات وعلى بعضها الاخر بعد عدة ايام · ويقول ان مزرعة التيفود كان نموها بطيئا محدودا جدا ، كما ان احتمال نقل العسل لهذا المكروب ومكروب الدسنطاريا ضئيل جدا ·

وتبين أن Btyphosus التيفوس لم يعد له أثر بعد مضى ٤٨ ساعة من ادخاله فى عسل النحل · والباراتيفوس هلك بعد ٢٤ ساعة وان عصيات الدسنطاريا تهلك بعد ١٠ ساعات .

ويذكر دكتور اخر عالم يدعى Sturtevant أن عسل النحل غير صالح لبكتريا للاسباب الاتية :

١ — لانه حامض التأثير

٢ — لزيادة نسبة تركيز المواد السكرية التى قدرت الى ٨٠ ٠/٠

٣ — لانه ذو ضغط اسموزى عال ·

انتفاخ الاصابع

ان انتفاخ الاصابع ، على العكس مما كنا نعتقد ،مرض فيه الشيء الكثير من الغرابة. وكان الناس يعالجون هذه الحالة فيما مضى بدهن الاصابع المتنفخة بالشحم . وبعد ذلك صار الناس يدهنون اصابعهم بصبغة اليود . وفى خلال الحرب الاخيرة اصبح العلاج بالكالسيوم يؤخذ من الداخل ثم جاء بعد ذلك الستريوجيل ١٥ . وفى الوقت الحاضر ينصح الطبيب بازدراد مستحضرات تحوى فيتامينات وخاصة الفيتامين ف . ويقول الاطباء ان بعض المستحضرات مثل الفنرجان ان وضعت رأسا على المنطقة المصابة عادت الى طبيعتها الاولى

ويبدو أن الطب لم يصل بعد الى الحل الاكيد . ويبدو على الخصوص ان الاطباء لم يصلوا بعد الى تحديد أسباب حدوث هذه الانتفاخات . فالاسباب الظاهرية هى البرد ولكن فى الواقع يوجد بالتأكيد سبب داخلى لم يحدد بعد

وعلى أى حال فهناك نساء معرضات لهذا الانتفاخ الذى يصيب الاصابع فى فصل البرد . وهن يعرفن مقدما انه اذا ما جاء البرد عاد اليهن هذا المرض

وقد كتبت لنا احدى القارئات تطلب منا النصح .. اننا نشير على هذه القارئة العزيزة وعلى غيرها من القارئات اللواتى يتعرضن لهذا الداء بأن يكون غذاؤهن متنوعا وغنيا بالخضروات الطازجة والفواكه . وان يدلكن الاجزاء الحساسة : الايدى والاقدام بكريم جيد تدخل فى تركيبه الفيتامينات ولا بأس من وضع شيء من اليود الابيض بعد التدليك . ويقال أيضا أن الحمامات بماء وملح ساخن ثم بارد ثم ساخن وهكذا مفيدة جدا لهذه الحالة . ضعى فى وعاء ماء باردا وفى وعاء اخر ماء ساخنا بقدر المستطاع . وبسرعة انتقلى من وعاء الى وعاء ، سواء كان الامر متعلقا بالاقدام ام بالايدى . وفى الواقع انك لن تشعرى لا بالبرودة الزائدة ولا بالحرارة الزائدة لانك لن تضعى قدميك أو يديك الا للحظة بسيطة . وينصح الاطباء أيضا بتنشيط حركة الدم فى الاطراف التى تكون عادة معرضة لهذا الداء . ويكون ذلك بتفريشها على الناشف بفرشاة متوسطة الصلابه . وعندما تكون الايدى والاقدام باردة فيجب الا نقربها فجأة من مصدر حرارى بل ندفئها بالتفريش او بالتدليك او بالتمرينات الرياضية

ان ما تقدم وسائل وقائية قد تمنع حدوث الانتفاخ ولكن ان وقع المحظور فلا بد من عرض الحالة على الطبيب فذلك افضل كثيرا

كيف تكافحين البرد؟

لا يوجد انسان يستطيع أن ينفى فائدة البرد . ولكن لا يوجد انسان أيضا يستطيع أن ينفى مضار البرد وما يجلبه علينا احيانا من أمراض قد تصيبنا بسبب اهمالنا

ان الرطوبة ايضا ليست بالصديقة التى يصح معاشرتها . وخير لنا أن نحتاط منها ومن نتائجها

وهناك الوقاية الخارجية التى تتكون من الملابس والاحذية الخ .. وهى أمور لا تدخل فى اختصاصاتنا . كذلك توجد العناية الداخلية، وهى بعيدة عن أن تكون مضايقة . ولكن يجب ألا نسيء استغلال هذه الوسائل بل علينا أن نستخدمها فى شيء كثير من التعقل

وان اصبت بزكام يجب أن تبادرى بعلاجه . وان كنت من اللواتى اعتاد الزكام عليهن يجب ان تعرضى نفسك على اخصائى فى أمراض الانف والاذن والحنجرة . فالزكام المزمن يؤذى صاحبه وقد يتطور ويضعف الصدر

لا تجلسى مدة طويلة فى مكان دافء ثم تخرجى فجأة الى مكان بارد . يجب أن يكون الانتقال من الدفء الى البرودة بالتدريج . مثال ذلك : ان كنت فى مسرح او فى اى مكان عام مقفول وأردت الخروج ، كان من الواجب اولا ان ترتدى معطفك ثم تقفى قليلا فى المدخل الذى يكون عادة أقل دفئا من القاعة التى كنت فيها . فان مكثت عدة دقائق استطعت الخروج الى الهواء دون أن تخشى اذى البرد

لا تدفئى حجرتك اكثر من اللازم والا أصابك البرد وما ينتج عنه عند خروجك منها

وحبذا لو كنت من اللواتى يشعرن بالبرد اكثر من غيرهن ان تؤدى بعض التمرينات الرياضية كلما شعرت بالبرد . ان الحركة تنشط حركة الدم فى الجسم فاذا نشط الدم عاد الدفء الى الجسم

يطلب أصدقاء بالمراسلة

طالب ألمانى يجيد اللغة العربية والالمانية يريد المراسلة مع طالب أو طالبة مصرية تدرس اللغات الحية .

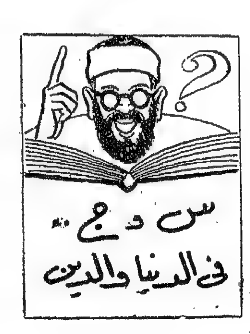
راسلوا :

Mr. MOMIRO UB.
HUBER
RENATAST. 1/3
MUNICH.—GERMANY

بنك مصر

درج بنك مصر منذ نشأته على مسايرة النهضات التقدمية . فلما تفجرت النفوس وانبعثت الثورة وانبثق نور الشعلة المقدسة تجاوبت كل هذه الظواهر مع النشأة الطبيعية لبنك مصر ومع الاهداف العليا التى رمى اليها فى حرب الاستعمار الاقتصادى فأنشأ شركاته التى كانت جيوشا حارب بها الاستغلال الاجنبى فى شتى ألوانه والرق الدخيل فى مختلف صوره .

ـ الى الامام



س ـ أروى لكم مأساتى التى كتبتها بدموع عينى منذ تزوجت من عشر سنوات . عشت سعيدة فى أولى سنى زواجى وانجبت فى السنة الاولى بنتا فزعل زوجى وتكدر لهذا الامر ثم هدأ متمشيا مع قول الناس « ان من جاب البنت يجيب الولد المرة الجايه » ولكن للاسف فى المرة التانية انجبت بنتا أيضا فغضب غضبا شديدا حتى وكأننى أدخل فى علم الله وارتكب ذنبا بانجاب البنات وقلب حياتى رأسا على عقب واصبح لا يطيق البقاء فى المنزل واذا مكث معنا كل حديثه خناق وضاق بى ذرعا لاننى أم البنات وانه سوف يعيش محروما من الصبيان ودى عيشة تجنن . الخ .

وحملت للمرة الثالثة وفرحت بأمل انجاب الولد وتحسنت معاملة زوجى لى وكنت أطلب من الله ليلا ونهارا أن يرزقنى بولد وكان كل حديث زوجى يدور وكأنه ضامن اننا سنرزق ولدا ولكن من سوء طالعى أنجبت توأمتين . فكانت صدمة قاسية علينا جميعا وسببا فى أن يطلقنى زوجى عقب الولادة وتحملت كل هذا بايمان وصبر وضممت أولادى الى وكان يعطينا أبوهم شهريا خمسين جنيها رغم ثرائه الفاحش واكتفيت بهذا القدر حتى لا أدخل فى مشاكل قضائية معه وتكون بهدلة أمام الناس ولكنه تزوج أخيرا وابتدأ يراوغ فى دفع النفقة الشهرية الينا . فكان يعطينا مرة ١٥ جنيها وتارة ١٠ جنيهات واصبحت ضعيفة هزيلة لا أقوى على ارضاع بنتى اللتين يبلغان من العمر ستة شهور الان وقال لى أقاربى ان لى الحق فى أجرة رضاعة منه فضلا عن حقى فى نفقة البنات الاربع فهل التجىء للقضاء لنيل حقوقى وما هى هذه الحقوق ؟

ج ـ أرى يا سيدتى أن زوجك ما هو الا أب قاس ويجب عليك المحافظة على حقوقك وحقوق أطفالك الذين هم أمانة فى عنقك فلا تتورعى فى تهديده والالتجاء للقضاء اذا لم يعطك النفقة الكافية وخاصة انه ثرى وواجب عليه الانفاق على أولاده وانصحك ان لم يستجب لهذا التهديد أن تلجئى فعلا للقضاء الذى سنصفك وينصف أولادك ويقرر لهم نفقة بنسبة يسار أبيهم وما يلزمهم من مصاريف وطبقا لمستوى الاسرة

ومن ناحية الرضاعة فلك الحق فى أجرة الرضاعة الا اذا كان عنده هو من يرضعهم بدون أجر فحينئذ لا يمكن اجباره على أن يدفع لك أجرة رضاعة الا اذا كانت طفلتاك ترفضان تلقى الرضاعة من غيرك .

ترين من ذلك يا سيدتى ان القانون قد حافظ على حقوقك والمظلومات أمثالك . فلا تهملى حقوقك وحقوق أطفالك .

سانو

آخر جلسات المحاكم الشرعية

وداع المحاكم الشرعية

المحاكم الشرعية فى اخر الطريق لتنضم للمحاكم الاهلية بعد توحيد قضاء الاحوال الشخصية ، وقد ذهبت لاسجل فيها بعض صور الوداع الاخير

وكانت اول صورة طالعتنى فيها لعامل فى مصنع للنسيج جاء يطعن فى وصية لابيه الذى حرمه من بعض ميراثه واوصى به لزوجة شابة تزوجها فى اخريات ايامه

وفى طريقى الى قاعة المحكمة صادفتنى «زفة» .. جمع من النساء والرجال يتوسطهم شاب «ابن بلد» فى جلباب حريرى هفهاف ، وعلت من وسط الجميع اصوات تنشد :

يامحنى ديل العصفورة
الدراسة هى المنصورة

وسألت عن سر هذه الزفة ، فاذا الشاب صاحب مقهى بلدى ، قد حكم له بالطاعة على زوجته . والشاب احد فتوات الدراسة والزوجة ابنة احد فتوات الحسينية وكانت حياتهما هنية مستقيمة حتى نشب الخلاف بين الزوج ووالد زوجته لتنافسهما على شراء بيت صغير . ثم تطور الخلاف الى ان تشابكا فى مضاربة انتصر فيها الزوج ، فعزت على صهره الهزيمة، فأخذ ابنته الى بيته واقسم الا تعود الى بيت زوجها ، وكان ان طلبها الزوج لبيت الطاعة وحكم له

ورأينا الزوج ينادى بائع عرقسوس يتجول فى فناء المحكمة ويصيح فيه :

— اسقى المحكمة كلها شربات على حسابى يا عطوة

واخذ بائع العرقسوس يطوف على المجتمعين حول الزوج باكواب الشراب ، وهو يردد مع المنشدين فى ابتهاج وفرح :

يامحنى ديل العصفورة
الدراسة هى المنصورة

زفة حزينة

وانصرفت الزفة . وجاء بعدها جمع كبير اخر ، ولكنه كان جمعا واجما حزينا يتوسطه شاب ابن بلد اخر ، فتقدم اليه بائع العرقسوس يقول له :

— اسقيهم شربات يا معلم ؟!

فصاح الشاب الحزين فيه فى حدة وغيظ :

— اسقيهم زفت يا سى نيلة

الشيخ صالح

وعلى باب قاعة الجلسة طالعتنى صورة عجيبة رائعة «الشيخ صالح كاتب عمومى فى الخامسة والثمانين من عمره ، قضى فى مكانه هذا ستين عاما يكتب العرائض والاوراق القضائية الشرعية ، فان لم يجد ما يكتبه سلم نفسه الى نعاس عميق لا يعكر صفوه الا صياح الجماهير وصخبهم وضجيجهم من حوله . انه فى جسده الدقيق المحطم ووجهه المعروق المهزول الغارق فى لحيته الكثة الكبيرة ، وملابسه الرثة البالية ، وذلك الدوسيه القديم الذى يضم اوراقه . انه فى كل هذا صورة قديمة بالية لماض بعيد سحيق . سألته عن اسعد أيامه فاجابنى : «ايام الحرب اللى فاتت .. كانت الفلوس كتير ، وكان الجواز والطلاق كتير» ثم سألته عن رأيه فى المشروع الذى يطالب بتقييد عدد الزوجات فاجابنى فى فلسفة عميقة «يا ريت ياسيد . ساعتها الطلاق يكتر والحالة تروج عندنا»

مشكلة اخرى

وعلى باب قاعة الجلسة ايضا طالعتنى صورة اخرى اعجب واروع ، بنت البلد كأجمل وافتن ما تكون .. القوام المشوق الملفوف فى الملاءة السوداء ، والوجه المصرى الصميم السافر تبرز فيه عينان سوداوان فى سعة واستدارة ، جاءت تطالب بنفقة عدة من مطلقها الذى باع جمالها ليشترى مال زوجة جديدة عجوز

سيدتان انيقتان

وخرجت من قاعة الجلسة سيدتان انيقتان متشحتان بالسواد تبكيان فى حرقة وأسى . وكان باديا انهما من الطبقة الراقية . رأيتهما تتجهان الى سيارة انيقة «باكار» كانت فى الفناء ، فيها شابة حسناء متشحة بالسواد مثلهما ، قالتا لها شيئا ، شاركتهما بعده البكاء والعويل الذى مالبثت ان عرفت سره ... فهذه الحسناء الجالسة فى السيارة مطلقة ، وزوجها موظف فى الخارج اغرته أجنبية ليتزوج منها ففعل وطلق زوجته المصرية ، وقد حكم له يوم كنت هناك بضم ابنه الذى كان فى حضانة الام المطلقة ، ومن هنا كان البكاء

بنت البلد فى موتوسيكل

وفجأة وقعت عينى على موتوسيكل ملحق به سايدكار .. قد احتلته بنت البلد الجميلة التى لقيتها عند باب قاعة الجلسة ، كانت هى الاخرى تنتظر الحكم فى قضيتها ، ولم يلبث ان جاء الحكم لبنت البلد مع أخيها صاحب الموتوسيكل ، حكما مالت له فرحا وطربا ، فقد قضى لها بالنفقة التى طلبتها

وتحت سلم ردهة المحكمة الداخلية صورة قديمة اخرى اثرية تسجل ٣٠ عاما من عمر المحكمة «حسن ابو الروس» عجوز ضرير يبيع أوراق التمغة يفتى رواد المحكمة فيما يشكل عليهم أو يستغلق فهمه من أسرار القضاء الشرعى واحكامه . وهو يبيع أوراق التمغة بربح مليمات قلائل ويقدم فتاوى مجانا ، سمعته يتحدث الى سيدة من بنات البلد ويسألها :

— هيه ، عملتى ايه يا أم عبده

— مافيش حاجة ، القاضى قال مداولة

— عال . لازم تستنى بعد المداولة وتسمعى الحكم

— ماسمعته

— عال .. خير ان شاء الله

— خير ايه يا عم حسن ، القاضى قال عدم سماع

— عال خالص ، يعنى الحكم الابتدائى اتأيد واترفضت معارضة طليقك فى النفقة

وكان جواب السيدة زغرودة حادة اطلقتها فى ردهة المحكمة ، بعد أن فهمت من المفتى العجوز ان الحكم كان خيرا .

ورأيت عجوزا متقدمة جدا فى السن على وجهها اخاديد وغضون عشرات السنين التى سلختها من العمر ، وعلى حجرها طفل رضيع تهدهده ، وتحاول وقف بكائه وعويله ، والى جانبها جارة لها وابنتها . وقد جاءت العجوز مع ابنها الذى انتزع طفله من طليقته بالقوة بعد أن طلقها . وجاءت طليقته الى المحكمة تطالب بحضانة الطفل . ان العجوز تقول فى عزم واصرار :

— مهما كان الحكم ، مستحيل أفرط فى الولد . تطلع روحى ولا اسيبش الولد من ايدى

تقولها وهى تتشبث باصابعها الضامرة المعروقة بالطفل ، وكأنما تؤكد عزمها واصرارها بهذا التشبث وشاء القدر ان يحقق لها امنيتها على الاقل ذلك اليوم اذ أجلت القضية وعادت العجوز بحفيدها الى بيتها

حافظي على سحر ابتسامتك

ان ابتسامتك العذبة لا تتوقف فقط علـى أسنانك البيضاء بل على شفتيك ورائحة تنفسك أيضا .

الشــــفاه العذبة

ان السائل المخاطي الذي تفرزه الشفة يبلى بسرعة . فان كان «الروج» لا يناسبها أو كان الجو باردا أو كنت من اللواتي يعضضن شفاههن بأسنانهن أو يمسحنها من آن لآخر بلسانهن ، جفت شـفتاك وفقدتا بريقهما ، وبالتالي سحرهما. ويأتي الشتاء فتصاب الشفاه المهملة بالقشف. اعملي اذن على العناية بها لتظل ناعمة ونضرة .

ففي الصباح بعد النهوض من النوم ضعي عليها طبقة من الزبدة واتركيها كذلك اطول مدة ممكنة ثم أزيليها بفوطة ماكياج او بقطعة من القطن قبل أن تضـعي احمر الشـفاه .

وفي المساء ماكياج بهذا المزيج :

عسل ابيض ٢٠ جم
زيت لوز حلو ٣٠ جم
أو ادهنيها بهذا المزيج :
عسل ابيض ٥٠ جم
فازلين نصف سائل ٥٠ جم
زيت الفـازلين ٢ جم
روح الـورد ٢٥ر٠ جم.

ان هذا المزيج يصلح للواتي يبللن او يعضضن شفاههن . ويصلح ايضا لعلاج قشف الشفاه

وان كانت شفتاك معرضتين للجفاف في الشتاء والتقشير ، فما عليك الا أن تربتي عدة مرات في اليوم بقطنة مغموسة في محلول الخمان الدافىء . دلكيها بعد ذلك بقليل من مرهم الشمع

حافظي على سـلامة أسـنانك

تتوقف حالة أسنانك على ما تأكلين . فان اردت حفظها من التسويس فعليك ان تكثري من أكل الخبز والسمك واللحم والخضراوات الطازجة والفاكهة واللبن ومنتجاته . وهناك نوع من الطعام يؤذي مينا الاسنان كالسكر الذي يؤثر في الاسنان خلال الربع ساعة الاولى من تناوله . وهناك اطعمة تترك بقايا تتعرض للتخمر كالدقيق والعجين والخضراوات الجافة . وهناك أيضا الاطعمة التي تلتصق بالاسنان كالنشا والخبز الطرى والحبوب . فلا تجعلي نهاية طعامك واحدا من هذه الاطعمة ولا بحلوى مملوءة بالكريم . كلي بعدها تفاحة وامضغيها جيدا أو قطعة جزر طازجة أي غير مطبوخة فان لحم هذه الثمار الصلب يدلك اللثـة وينظف الاسنان . وان كنت لا تستطيعين اختيار الاطعمة التي تنتهي بها غداءك فاكتفي بغسل اسنانك بعد الاكل مباشرة

وان السوائل الحمضية كعصير الليمون والطماطم وتفريش الاسنان بفرش قاسية تعمل على تاكل منابت الاسنان . فيستحسن اذن ان اردت الاحتفاظ بسلامة أسنانك ان تشربي السوائل الحمضية بالقصبـة المصاصة ليدخل السائل الى زورك رأسا . أو اغسلي فمك جيدا بالماء والبيـكربونات او ماء فيشي . ولا تستعملي فرشة قاسية جدا .

كيف تغسـلين أسـنانك ؟

يقول الذين يهملون في تفريش اسنانهم يوميا ان الشعوب البدائية والسود الذين يعيشون في وسط افريقيا لهم أسنان بيضاء كاللؤلؤ على الرغم من أنهم يجهلون فرشة الاسنان جهلا تاما . في حين أن عددا كبيرا من المتمدنين يشكون من اسنانهم مع انهم لم يتجاوزوا طور الشباب . ولاشك أن طعامنا هو المسئول عن ذلك . وعلى أي حال فان العناية التامة بالاسنان تعتبر عاملا هاما من عوامل المحافظة عليها صحيحة

فرشي اسنانك ثلاث مرات في اليوم . واهـم تفريش هو الذي تقومين به في المساء . ذلك ان الفم يظل مقفلا طوال الليل فيصبح مستودعا لنمو الجراثيم وتكاثرها خاصة ان كانت عالقة بالاسنان فضـلات طعام العشاء

اختاري فرشة صغيرة بحيث تدخل في جميع اركان الفم . فرشي من اعلى الى أسفل ، اشطفي فرشاتك بالماء البارد ونشفيها بعـد استعمالهـا للمحافظة عليها أطول مدة ممكنة .

أطلبي من طبيب اسنانك أن يكتب لك عن اسم معجون الاسنان الذي يناسبك . ومـن المعروف ان المعجون الاحمر يناسب الاسنان واللثة . وقد يشير عليك طبيبك بان تكملي تنظيف أسنانك بخيط الاسنان وهو أكثر مفعولا من السواك أو الدبوس !



لتبييض الاسنان

استعملي مساحيق من احسن الانواع كي لا تؤذي المينا . واضيفي مرتين في الاسبوع الى الماء الذي تشطفين به فمك واسنانك : قطرة واحدة من المركوروكروم أو نقطة من حامض الفنيك أو بضع نقط من لبن المانيزيا أو ملعقة صغيرة من ماء الاوكسيجينية في كوب ماء مغلي ثم اتركيه ليصبح دافئا

وان كنت تدخنين اعصري على فرشه اسنانك (مرتين او ثلاث مرات في الاسبوع) بضع نقط من عصير الليمون مضافا اليها قبضة من بيكربونات الصودا

وان اردت ازالة الصفار العالق في اسنانك . ادعكي منابتها بقطعة قماش مبلولة بعد رشها بمسحوق الكبريت المغسول

لتقوية اللثة

ادعكي اللثة بين حين واخر بالجلسرين اليودي او صبي على فرشاتك بضع نقط من سولسيون كلورور الزنك درجة العشر . ان لحم لثتك سيزداد قوة

اشطفي فمك ببضع نقط الارنيكا في شيء من الماء . (ان هذا العلاج يمنع التسويس ايضا)

امضغي ان سنحت لك الفرصة اللبان عندما تكونين بمفردك . ونوصيك على الخصوص أن تمضغي طعامك جيدا

ما يستطيعه طبيب الاسنان

يستطيع طبيب الاسنان ان يبرد السن التي تتقدم على اخواتها قليلا . ان هذه العملية سوف تضايقك ولكنها لن تؤلمك .

رائحة الفم

ليس من السهل اكتشاف أسباب رائحة الفم . فقد يكون سببها الرئتين أو اضطراب الكبد أو الصفراء . فيصبح طعم الفم معدنيا ويصاب الانسان بالامساك وعسر الهضم ويشعر بالحموضة في المعدة . وقد يكون سببها ايضا الانف أو الحنجرة . وفي معظم الحالات يتبين أن سبب هذه الرائحة تسويس الاسنان التي لا نفكر فيها عادة ان لم يصاحبها ألم .

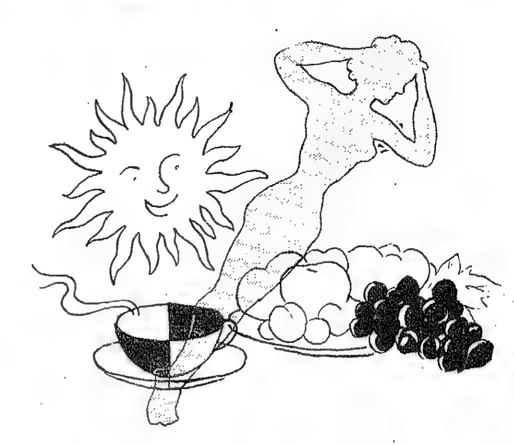
وحتى يكتشف سبب أو اسباب رائحة الفم ففي استطاعتك منع هذه الرائحة بغسل فمك عدة مرات بمستحضرات خاصة بالاسنان ومصى باستيلية الكلوروفيل

وفي استطاعتك ايضا ان تمضغي نعناعا أو تصحني قرنفلا مما يضفي على فمك عطر القرنفل

والان وبعد أن سرت على هذه النصائح جميعها يمكنك ان تبتسمي ... ان تبتسمي للحياة .



أريد أن أسمن قليلا ..



كتبت لنا قارئة تقول : « انكم تعالجون فى مجلتكم السمنة واسبابها ولكن لا تذكرون شيئا عن النحافة وأسبابها وطرق علاجها. هل لا توجد نساء نحيفات فى مصر والشرق العربى ؟ .. »

وسألت قارئة أخرى : « لماذا لا تتكلمون عن النظم الغذائية والعلاج الذى يساعد المرأة النحيفة على اكتساب بعض الكيلوات ؟ »

وردى على هاتين القارئتين أننا عالجنا موضوع النحافة أكثر من مرة فى باب التجميل . أما سبب اهتمامنا بالبدانة أننا لاحظنا من البريد الذى يرد الينا ان معظم قارئاتنا يسألننا عن طريقة يتخلصن بها من كتل الشحم واللحم المكدسة هنا وهناك فوق أجسامهن ..

وعلى أى حال فاننا نفرد هاتين الصفحتين للقارئة أو للقارئات اللواتى يشكون النحافة ويرغبن فى زيادة وزنهن بعض الشىء .

ان النحافة لا تشوه جمال الجسم فحسب بل انها قد تكون نتيجة لاضطرابات صحية من بينها التعب والاضطرابات التى تصيب الجهاز الهضمى .

احذرى من التعب الانفعالى :

ان معظم النحيفات ينتمين الى النوع الطويل الضيق مع قلة العضلات وهبوط الاعضاء والمزاج اللمفاوى . وان هذا النوع من النحفاء يشكون التعب دائما أو على الاقل هن اللواتى يشكونه فى الصباح ويكن فى الغالب ذوات أعصاب مرهقة ثائرة ، يستطعن أحيانا تحمل جهود جبارة فى حين أنهن لا يستطعن فى يوم آخر القيام بأى عمل مهما يكن مجهوده قليلا .

والشىء الغريب أنه يكفيهن أحيانا أن يزدن بعض كيلوهات ليصبح مزاجهن العصبى خيرا مما كان عليه وليصبحن أكثر قابلية واحتمالا للجهود العقلية والجسمانية وعلى العكس ، فان هبوط الوزن مهما يكن ضئيلا يصحبه عادة تعب خاص . وهذا التعب أو بالاحرى الميل الى التعب من كل مجهود ان هو الا نتيجة لذوبان العضلات ــ وهذا الذوبان قد يكون سريعا جدا فى حالة النحافة ــ وزيادة مطاطية المفاصل وانخفاض الاعضاء مع الاضطرابات العصبية التى تكون من الاسباب الرئيسية للاضطرابات الهضمية التى تشكو منها النحيفة أو التى أصبحت نحيفة .

وأخيرا فان النحافة قد تسبب اضطرابات أخرى مثل الفتق والاضطرابات الكلوية : هبوط الكليتين واضطراب الدورة الدموية : نقص الضغط الدموى وبطء الدورة الدموية مع ظهور الفاريس أى الشعيرات الدموية الزرقاء والبنفسجية وانتفاخ أصابع اليدين والقدمين وبرودة الاطراف الخ .. وفضلا عن ذلك فانه يغلب أن تسبب النحافة ، خاصة حينما تزيد عن حدها ، نقصا فى مقاومة الجسم للعفونة الداخلية أو العامة كالامراض المعدية والسل . وينجم أحيانا عن النحافة عدم القدرة الحيوية التى ليست وقفا على البدينات فحسب كما كان المعتقد من قبل .

النحافة منذ الولادة والنحافة المكتسبة :

بعض الاشخاص لم يكونوا نحفاء منذ مولدهم ، ذلك ان النحافة الحقيقية نادرة عند الاطفال الصغار فى السن ، فانهم على الاقل قد صاروا نحفاء بعد الطور الاول من الطفولة . وعلى أى حال فان النحافة مثلها مثل البدانة ، غالبا ما تكون وراثية فى بعض الاسر حتى ان لم تظهر الا متأخرة بعض الشىء خلال حياة الانسان. وان هذه النحافة الوراثية لا يترتب عليها أية نتائج خطيرة . ولكن من الافضل دائما التحقق من ذلك بفحص طبى كامل .

ويصبح هذا الفحص ضروريا فى حالة فقدان الجسم لبعض الكيلوهات وخاصة ان كان هذا الفقدان مستمرا . لذا وجب عليك أن تعتبرى أن كل فقدان فى الوزن يتطلب فحصا طبيا كاملا وشاملا «الاشعة والتحاليل المختلفة » وذلك لاستبعاد السل الرئوى الذى يجوز أن يظهر على هيئة نحافة تصيب الجسم كذلك مرض السكر والدودة الوحيدة واصابة الغدة الدرقية التى تحدث عند المرأة غالبا فى مختلف مراحل حياتها مثل سن البلوغ والزواج وانقطاع الدور الشهرى .

ومن المتفق عليه أن تخفيض الوزن أسهل من زيادته . ومع ذلك فانه من الممكن تحسين الاضطرابات الناتجة عن النحافة بفضل العلاج الخاص بالجهاز الهضمى والعصبى وتنظيم افراز الغدد

ويكفى أن يزيد وزن الانسان كيلوهين أو ثلاثة كيلوهات لكى تتحسن الحالة العامة . وهناك عدة علاجات

تسمح بالوصول الى هذه النتيجة مثل الانسولين والفيتامينات وخلاصة الغدد والفوسفور الخ ..

علاج النحافة

يلعب النظام الغذائى دورا هاما وهناك بعض القواعد يجب المحافظة عليها . ولما كان الهضم فى غالب الاحيان صعبا والاجهزة الهضمية ضعيفة كان من الضرورى اختيار الاكل بكل عناية مع عمل حساب الاستعداد الجسمى . وعلى العموم فانه من الواجب اختيار الاطعمة المغذية وسهلة الهضم ، «مثل اللحم والزبد ، والفاكهة المسلوقة والعسل واللبن المركز » . ومن الافضل تناول عدة وجبات على وجبة واحدة ثقيلة تتعب المعدة .

كذلك يجب استعمال الادوية التى تثير الشهية وتسهل عملية الهضم .

وأخيرا فانه من الضرورى أحيانا السير على عدد من القواعد لاكتساب وزن طبيعى .

الغى الارهاق الذى لا فائدة منه ، نامى أطول ما يمكن، استريحى بعدالطعام واذهبى الى حد اراحة جسمك والنوم طويلا كلما تمكنت من ذلك وتغيير الهواء مفيد جدا. فقد لوحظ على بعض الناس أن وزنهم يزيد ان انتقلوا من بلد الى آخر .

واعلمى أخيرا ان النحافة تفسد شكل الجسم مثلها فى ذلك مثل البدانة فاعتنى بزيادة وزنك ان كنت نحيفة.

صحتك هي رأس مالك

هل تدرين أنك رأسمالية .. وان لديك رأسمال كبيرا يجب ان تحرصى عليه حرصا شديدا ..

ان هذا الراسمال هو صحتك .. صحتك التى يجب أن تحافظى عليها محافظة تامة ، وأن تراعيها بكل كيانك لانها فى الواقع – دعك من الماديات – هى كل ما تملكين حقيقة ..



أولا – التنفس :

ان معظم الاشخاص المضطربين المنهوكى القوى لا يعرفون كيف يتنفسون . وعلى عكس ذلك فان الشخص الهادىء يكون تنفسه طبيعيا منتظما ، فتقوى بنيته وصحته .

افتحى نافذتك عند استيقاظك من النوم مباشرة ، وقومى بعمل بعض تمرينات التنفس على أن تكون الحركة التى تؤدينها بطيئة ومنتظمة ، ولسنا فى حاجة الى القول ياسيدتى أن تمرين التنفس هذا يفيد الصحة كل الفائدة فمارسيه يوميا ان أردت المحافظة على صحتك .

وان كنت من اللواتى يؤدين عملا عقليا يجب أن تقضى يوميا ساعة أو ساعتين على الاقل فى الهواء الطلق . اذهبى الى عملك سيرا على الاقدام . ولا تعتبرى هذا الاجراء مضيعة للوقت – ليس هناك أفضل من المشى لاراحة الذهن . انك بلا شك ستصلين الى مكتبك وقد بذلت مجهودا أقل من الذى تبذلينه فيما لو ركبت الترام أو الاوتوبيس .

النظام الغـــذائى :

لن نضع هنا نظاما غذائيا خاصا لحالة من الحـــالات المعينة كالبدانة أو الهزال ولكننا سنضع لك بعض القــواعد العامة التى تفيد كل انسان يبذل جهدا بدنيا وعقليا ويكون فى حاجة الى تعويض هذا الجهد .

تناولى أكلاتك فى ميعادها المحدد ، ولا تفكرى فى شىء أثناء تناولك الطعام ، وامضغى الطعام جيدا ، وان كنت مستعجلة فالافضل أن تأكلى قليلا وتمضغى كثيـــرا على أن تأكلى كثيرا وتمضغى قليلا ، ويجب عليك أن تعنى بأسنانك عناية خاصة و ...

ومهما كان نظامك الغذائى فيجب أن تدخلى على طعامـك مواد غنية بالفيتامينات مثل اللبن والزبد والجزر والطماطم والخضروات الطازجة والبرتقال والليمون الحلو والتفـاح والكمثرى ، وان كانت الحيوية تنقصك أو ان كنت ضعيفة أو هزيلة اكثرى من تناول الارز واللحم والخس والكرات والتين والبلح . خذى من وقت وآخر قبل الافطار صـفار بيضة مضروبة بالسكر .

اتبعي مرة في الاسبوع هذا النظام الغذائي :

طعام الافطـــــار :

كوب ماء ـ برتقالتان ـ قطعتـــان من الخبز المحمص بالعسل والزبد ، فنجان قهوة ٠

طعام الغـــذاء :

زيتون ، لحمة مشوية ، بطاطس مسلوقة بقشرتهـا ، سلطة خضروات طازجة ، فاكهة طازجة ٠

الساعة الخامســـة :

كوب من عصير الطماطم ، تينتان أو ثلاث تينــات أو تفاحة ٠

العشـــاء :

حساء باللحم ، أرز ، كوب لبن ، فاكهة ٠

ان هذا النظام الغذائي لن يزيد وزنك ، ولكنه سيكسبك نشاطا وحيوية ٠

واغتنمي فرصة العطلة الاسبوعية مرتين في الشــهر لتقضيها في السرير ، خذى في مساء اليوم السابق مسهلا خفيفا ، تناولي في الصباح شيئا من الفاكهة وفنجــانا من القهوة ، وفي الغذاء تناولي بعض الخضروات الطازجة بعـد تقطيعها ، واعصري شيئا من الليمون عليها ٠ خذى بعد ذلك شرابا ساخنا ، وامكثي في السرير طوال بعد الظهر ، واقطعي الوقت في أشغال التريكو أو قراءة كتاب مسل خفيف ، وفي المساء تناولي فاكهة أو شرابا ساخنا ٠٠

ان هذا اليوم الذى قضيته مرتاحة في منـزلك ســوف يعوض ما بذلته من مجهود عصبي مضن خلال الاسبوعين ٠

ثالثا ـ النــوم :

قد تقولين أن النعاس لا يأتيــك بسرعة ، ولكنك لا تريدين أن تعترفي بأنك أنت سبب هذا كله ، ذلك أن النوم يمكن تنظيمه كأى عادة من العـــادات ، واليك بعـض الارشادات التي لا بد معها أن اردت أن يكون لك ساعة معينة للنوم ، لا تقرئى لتنامي فان هذه العادة لن تلبث أن تجعلك عبدة للقراءة ٠

حاولي أن تطردى الافكار المزعجة قبل النوم ليكن نومك هانئا ٠٠ واشربي قبل أن تنامي كوبا من عصير الجريب فروت فانه مهدىء للاعصاب ٠٠٠

رابعا ـ الالعاب الرياضيــة :

اننا لا نريد هنا أن ندلك على ألوان جديدة من التمرينات الرياضية ٠٠ لكننا سنزودك ببعض النصائح :

من الافضل لك أن تمارسي التمرينات الرياضية صباحا بعد نهوضك من النوم مباشرة وقبل عمل التواليت وتناول الافطار ، ويجب أن تكون تأدية الحركات ببطء وبملابس بسيطة خفيفة بقدر الامكان ، وبعد كل هذا عليك بأخــذ دوش ماء فاتر ٠٠٠ لا داعي للماء البارد لأن الجو شــتاء ، كما أنه لا داعي للماء الساخن ٠٠





فتيات مصر رياضيات من الطراز الاول ..



الفدائية الاولى تحمل البندقية .

أثبتت فتاتنا المصرية أنها رياضية بطبعها ، فى تكوينها الجسمانى وروحها العالية .. وطموحها الوثاب ، بل انها تملك جميع المقومات التى تجعل منها رياضية من الطراز الاول منذ قديم الازل ، فقد ثبت من النقوش الفرعونية أنها زاملت الرجل مزاملة الند للند فى جميع أوجه النشاط الرياضى وبرزت فى جميع المسابقات الرياضية التى كانت تقام فى عهد الفراعنة .

ان الفتاة المصرية تسير اليوم على الدرب الذى يوصلها الى المساواة بالرجل ، ان لم تكن فى طريقها الى التفوق عليه ، فى الميادين الرياضية بعد أن تفوقت عليه فى التعليم طبقا لنتائج وزارة التربية والتعليم

ودليلنا على أنها تسير بخطى حثيثة فى طريقها الى التفوق الرياضى واقبالها على الرياضة بجميع الوانها ما ورد فى تقرير المراقبة العامة للتربية الرياضية للبنات عن العام الدراسى ١٩٥٤ - ١٩٥٥ ، من أن التدريب العسكرى والرماية لقيا اقبالا شديدا فى مدارس البنات مما دعا المسئولين



الى أن يقرروا انشاء أندية نسوية للرماية،كما لوحظ اقبال الطالبات على السباحة وغيرها من أوجه النشاط الرياضى .

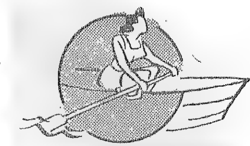
ولكن مما يدعو الى الاسف ما تضمنه التقرير من شكوى ونداء الى ازالة أسبابها فقد جاء فيه ان الحاجة ماسة ، أمام هذا الاقبال الشديد من جانب الفتيات على الرياضة ، الى نواد رياضية للطالبات . ولكن كيف ؟ وأغلال التقاليد ما زالت تمنع الفتيات من الاشتراك فى النوادى الرياضية فضلا عن حرمان الامهات من الالتحاق بها ؟

لكى تغزو الفتاة الميادين الرياضية لتتبوأ المكانة التى تصبو ونصبو اليها جميعا ، لا فى مصر وحدها بل فى المجال الدولى .. ولا سيما بعد أن رأيناها تقفز قفزات واسعة فى الطريق الى البطولات المرموقة .

واذا نحن تناولنا نشاط الفتاة المصرية فى ميادين الرياضة وجدناها تشترك الآن فى المباريات التى تقام لبطولة مصر العامة للانسات فى الجمباز وكرة السلة وهى وان لم تكن قد اشتركت بعد فى المباريات الدولية أو العالمية لهذا اللون من

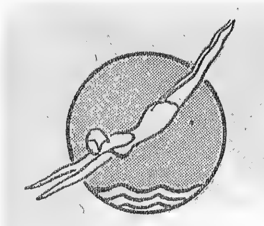


بنات النيل .. يحملن الجـرار الى شاطىء النيل .



النشاط الرياضى فانها لا شك قد قطعت شوطا بعيدا فى هذا المضمار .

أما فى ألعاب القوى فقد رأينا الفتاة الجامعية ، ولو انها فى بداية الطريق ، تحطم الارقام القياسية عندما اشتركت فى المباريات التى اقيمت فى العام الماضى لبطولة



الجامعة والمعاهد العليا للانسات ، فضلا عن ظهور بعض اللاعبات فى مستوى طيب فى بطولة مصر العامة .

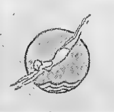
وإذا نحن انتقلنا الى السباحة وجدنا أن فتاتنا المصرية بدأت تشترك حتى الان فى كل نشاط دولى أو عالمى .

أما المباريات الدولية التى غزتها فتاتنا المصرية أو تستعد لغزوها فقد اقتصرت على سباحة المسافات الطويلة والرماية ، فقد اشتركت فى سباق النيل الدولى ، وسباق كابرى نابولى ، وسباق المحيط الاطلنطى ، وسباق المانش فأثبتت جدارتها وتفوقها ، وفى الرماية تجرى الان تصفية الفائزات فيها لاختيار فريق مصر الاعلى الذى سيتبارى مع فريق سيدات يوغوسلافيا فى المباراة الدولية بالقاهرة فى يناير المقبل .

ومما يثلج صدورنا كمصريين ويملأ نفوسنا فخارا وأملا فى المستقبل أن معهد التربية العالى للبنات بدأ يشترك فى البطولات المحلية ومسابقات العاب القوى . وقد مثلت فتيات المعهد فى مؤتمر التربية البدنية فى اسطنبول عام ١٩٥٣ ومؤتمر روتردام عام ١٩٥٥ فضلا عن مهرجانات أعياد الشباب فى وارسو حيث قمن باستعراضات فى التمرينات البدنية الحديثة والرقص الايقاعى الفرعونى والريفى نالت نجاحا باهرا .



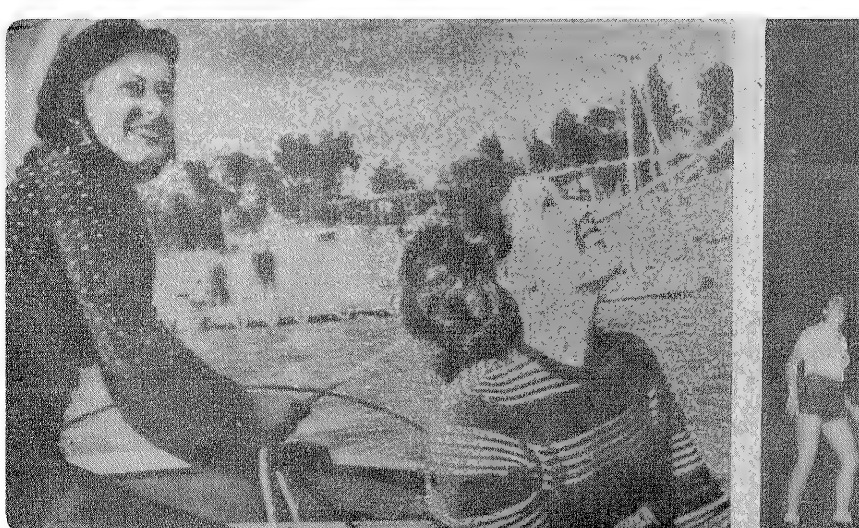
قفزة رائعة تؤديها احدى فتيات مصر

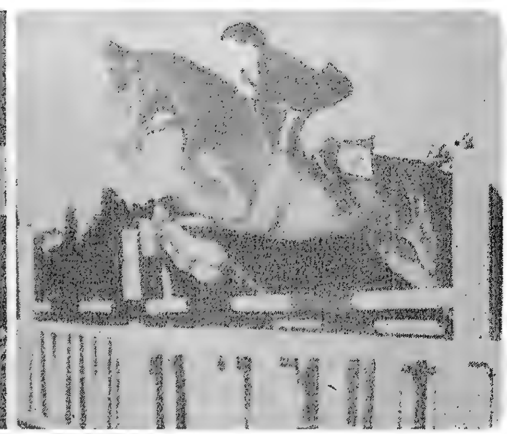


فتيات مصر يمارسن كرة السلة



فتاتان فى مسابقات اليخوت فى النيل





فارسة مصرية تقفز فوق السدود كالرجال



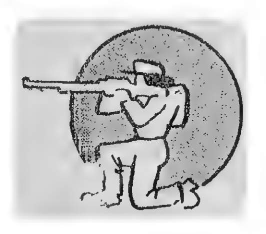
وفى مصر راميات .. بعضهن استاذات فى ضرب النار

وبهذه المناسبة نرجو مخلصين أن يعنى المسئولون عناية كبيرة بهذا المعهد الذى ترأسه السيدة نفيسه الغمراوى وهو العماد الذى ترتكزعليه النهضة الرياضية للمرأة فى مصر فييسروا له جميع الامكانيات التى تمكنه من أداء رسالته كاملة .

ن التقاليد الرجعية ما زالت [illegible] دورا كبيرا فى حجب النشاط الرياضى للفتاة المصرية فى هذا العهد الذى رأينا فيه الفتاة فدائية تحمل السلاح جنبا الى جنب مع الرجل فى عزم وقوة وايمان .

اننا نناشد المسئولين أن يقوضوا صروح الرجعية العمياء ويفتحوا الابواب أمام الفتاة المصرية كى تشارك الفتى ، على قدم المساواة فى جميع أوجه النشاط الرياضى وتلتحق بالاندية الرياضية مثله دون قيود أو شروط ..

واننا ندعو الى فتح آفاق الرياضة أمام الفتاة فى عصر شاركت فيه المرأة الرجل العمل والكفاح من اجل حياة أفضل ، فالرياضة تبنى



جسم المرأة وتملاء صحة وقسوة وتسمو بعقلها وتقوم أخلاقها وتهذبها مما يعينها على الصبر فى خضم الحياة ، ويعدها لتكون أما فاضلة ، وربة أسرة كاملة تسهم فى بناء مجد الوطن وعزته .

سونيا الحامولى



أنغام عذبة .. فرقة موسيقية من الطالبات





وثبة عالية تنهض بالكتاب العربي في فن الطباعة والإخراج

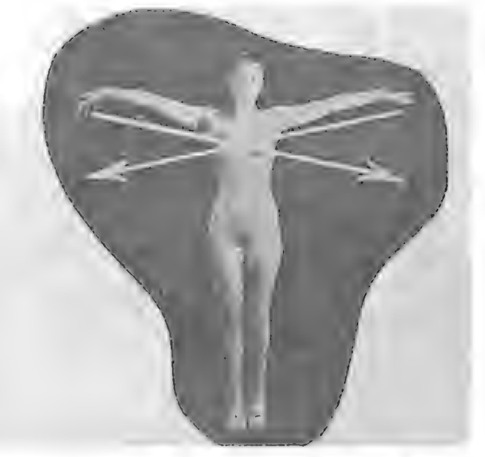
٣٠٠ صفحة من الورق المصقول في الحجم الكبير..

في كل مكان
في مصر والعالم العربي

الناشر: مطبوعات مصر - إحدى مؤسسات بنك مصر

تمرينات كل يوم

فى عدد يناير الماضى نشرنا فى هذا البـــاب ستة تمرينات رياضية تؤدى فى الفراش · وبنت النيـــل ترجو أن تكونى قد استفدت منها وأديتها على الوجه الصحيح · وهى تقدم لك على هاتين الصفحتين سلسلة جديدة من التمرينات الغرض منها تليين عضـــلاتك واكسابك النشاط ·



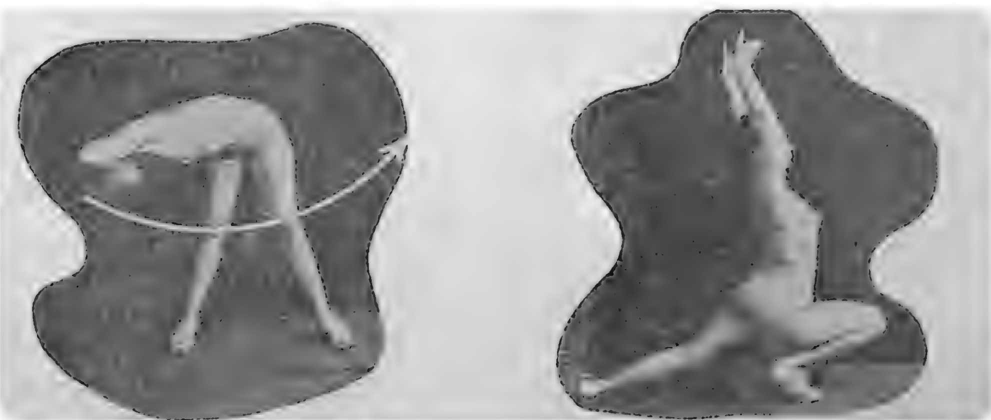
التمرين الاول :

قفى على طرفى قدميك واشددى ذراعيك الى الجانبين كما فى الصورة · ربعى ذراعيك أمام جسمك مرة الى أعلا ومرة الى أسفل ·



التمرين الثانى :

ربعى ذراعيك على صدرك · اثنى جسمك بسرعـــة محاولة ان تلمسى الارض بمرفقيك · لا تنسى أن تفتحى ساقيك جيدا ·

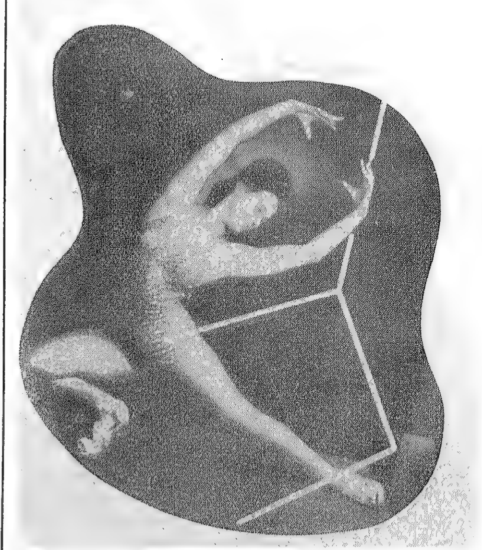


التمرين الثالث :

ضعى ساقا الى الامام وذراعيك فى اتجاه الجسم . اثنى الساق الامامية مع رفع الذراعين الى أعلا ومدهما جيدا · عودى الى وضعك الاول ·

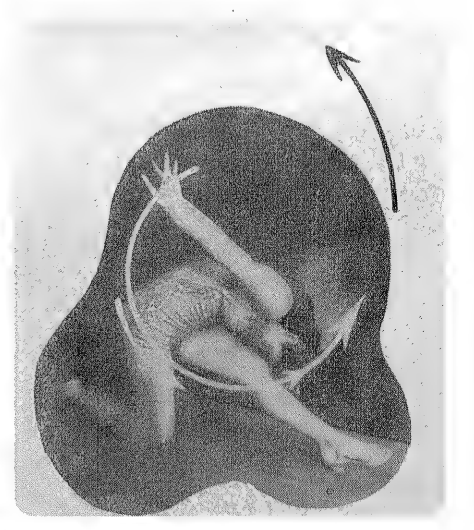
التمرين الرابع :

ليكن جذعك أفقيا بحيث يرسم مع ســـاقيك زاوية قائمة · انقلى جذعك الى اليمين والى اليسار مع تركـــه موازيا للارض · كررى هذا التمرين عدة مرات ·



التمرين الخامس :

الذراعان رأسيتان · اثنى جذعك جانبا الى الجهة اليمنى مع ثنى الساق اليمنى ومد الساق الاخرى . عودى الى وضعك الاول وأدى نفس التمرين من الجهة الاخرى ·



التمرين السادس :

اتكئى على احدى ركبتيك وامددى الساق الامامية وارفعى ذراعيك رأسيا · انثنى لتلمسى الركبة برأسك مع رفع الذراعين الى الخلف . لاتثنى الساق الإمامية.

باترون بنت النيل

فستان من الصوف



نقدم لك أيتها القارئة العزيزة فى هذا الشهر هذا الفستان المختصر المصنوع من الصوف الشينيه أو من التويد : الاكمام تروا كار بقلابات مركبة ومربعة . الجونيلة مكشكشة . خياطة من الامام ومن الخلف . سوستة مركبة فى ظهر الكورساج .

ويمكن صنع هذا الفستان من الصوف السادة على أن تكون الياقة والقلابات من القطيفة أو من الصوف الاسود .

ان هذا الفستان البسيط المختصر يمكن صنعه من انواع مختلفة من الاقمشة مثل الكريب ماروكان وكريب موس والقطيفة والجرسيه والجوخ والساتان . وهو فى حاجة الى قماش طوله ٣٣٠ سم وعرضه ١٤٠ سم .

التفصيل :

الكورساج : الامام رقم ١ والظهر رقم ٢ يحصل عليهما بنفس عرض القماش . ويقص القماش الى قطعتين حسب ثنية المصنع . وكل من هاتين القطعتين تثنى هى الاخرى الى اثنين الوجه على الوجه . أما الظهر والامام فانهما يقصان بوضع خط وسطهما على الثنيه .

الجونيلة وقطع أخرى من الكورساج :

الكم رقم ٣ : تقص هذه القطعة بالورب الكامل وتوضع فوق تدويرات خصر الجونيلة

قطعتا أمام الجونيلة رقم ٤ – توضع الواحدة أمام الاخرى على الورب الكامل .

ظهر الجونيلة رقم ٥ : يوضع تحت مع ترك المسافة الضرورية للكم الثانى . القطع موضوعة بالورب الكامل .

صدر ١   ظهر ٢

٦ بارمان

٣

جونيلة - أمام

٤   ٤

٧   ٧   ٧

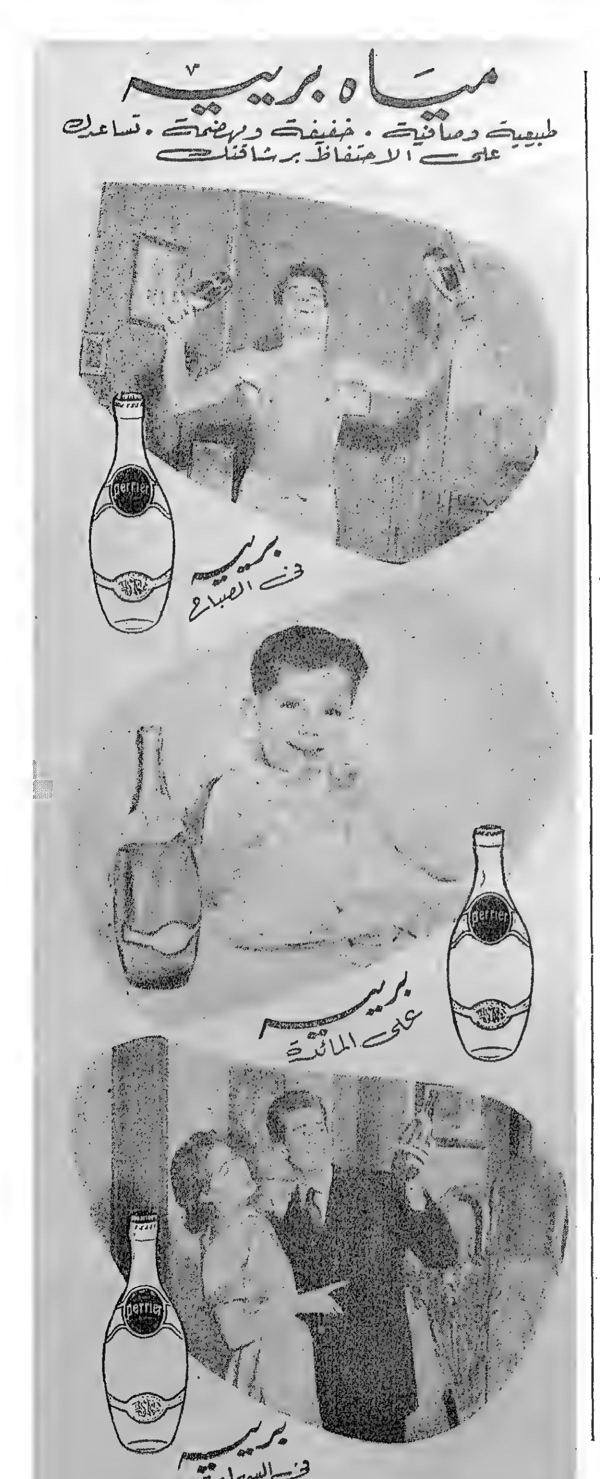
٦

٢

جونيلة خلف

١٤٠ × ٣٣٠

امبيسمان



ولحرصنا على هذا الانموذج فقد رأينا ان تكون قطع الجونيلة الظهر والامام مقصوصة بخياطتها . ولكن السيدة التي تريد تفادى هذه الخياطة يمكنها ان تفعل ذلك دون ما ضرر .

البارمان رقم ٦ : يقص في اتجاه نسيج القماش في الاماكن المبينة لتفادى ضياع القماش .

الياقة رقم ٧ : مفتوحة عند الظهر ومقصوصة اربع مرات منتصفها على اتجاه نسيج القماش . انتبهي لكي تحصلي على قطعتين من كل جهة .

الامبيسمان رقم ٨: يوضع منتصفه في اتجاه نسيج القماش .

لجميع هذه القطع يجب ان تحسبي حساب الخياطات والدخلات والاورليه لاننا لم نعمل حسابها في الباترون .

التركيب :

الكورساج — ركبي الامبيسمان في أسفل الكورساج مع جعل النقطتين ١ ، ١ تتلاقيان بعد قفل بانسة أسفل الكورساج .

ركبي كورساج الظهر والامام بخياطات الكتفين وما تحت الذراعين . اعملي فتحة في الظهر لكي تتمكني من عمل القياس . يجب أيضا عمل فتحة عند مستوى الخصر في خياطة الجانب الايسر لكي ينساب الكورساج بسهولة .

ركبي بانوهات الجونيلة بخياطات الوسط والجوانب .. ركبي الجونيلة عند الخصر . قومي بعمل أول قياس . خيطي بعد الاصلاح ان دعا الامر الى ذلك .

اقفلي الكمين . ركبي البارمان . ركبي الكمين في فتحتهما بخياطه السراجة .

اجمعي كل نصف ياقة بما تحته . سرجيه عند فتحة الرقبة وقيسي . وبعد القياس انهي تركيب الكمين . اصلحي فتحة الظهر . ركبي الياقه .

خيطي سوستة في منتصف الظهر وأخرى على الجانب الايسر للخصر .

اعملي دخلات الخياطات والاورليه .

انتبهي :
لما كانت الجونيلة بالورب الكامل فانه من المستحسن أن تترك معلقة لمدة ٤٨ ساعة كي ينفرد الورب . اعملي الاورليه بعد ذلك . وليكن الاورليه باجيه .

كوبون باترون بنت النيل

قدمي هذا الكوبون الى دار بنت النيل ٤٨ شارع قصر النيل بالقاهرة في المدة من يوم ٥ الى ١٠ من هذا الشهر .. تحصلي على **هذين الباترونين** .

ملحوظة : اذا أردت أن نرسله لك بالبريد المسجل .. ردى الينا هذا الكوبون مصحوبا بطوابع بريد قيمتها خمسة قروش مع ذكر الأسم والعنوان بخط واضح .

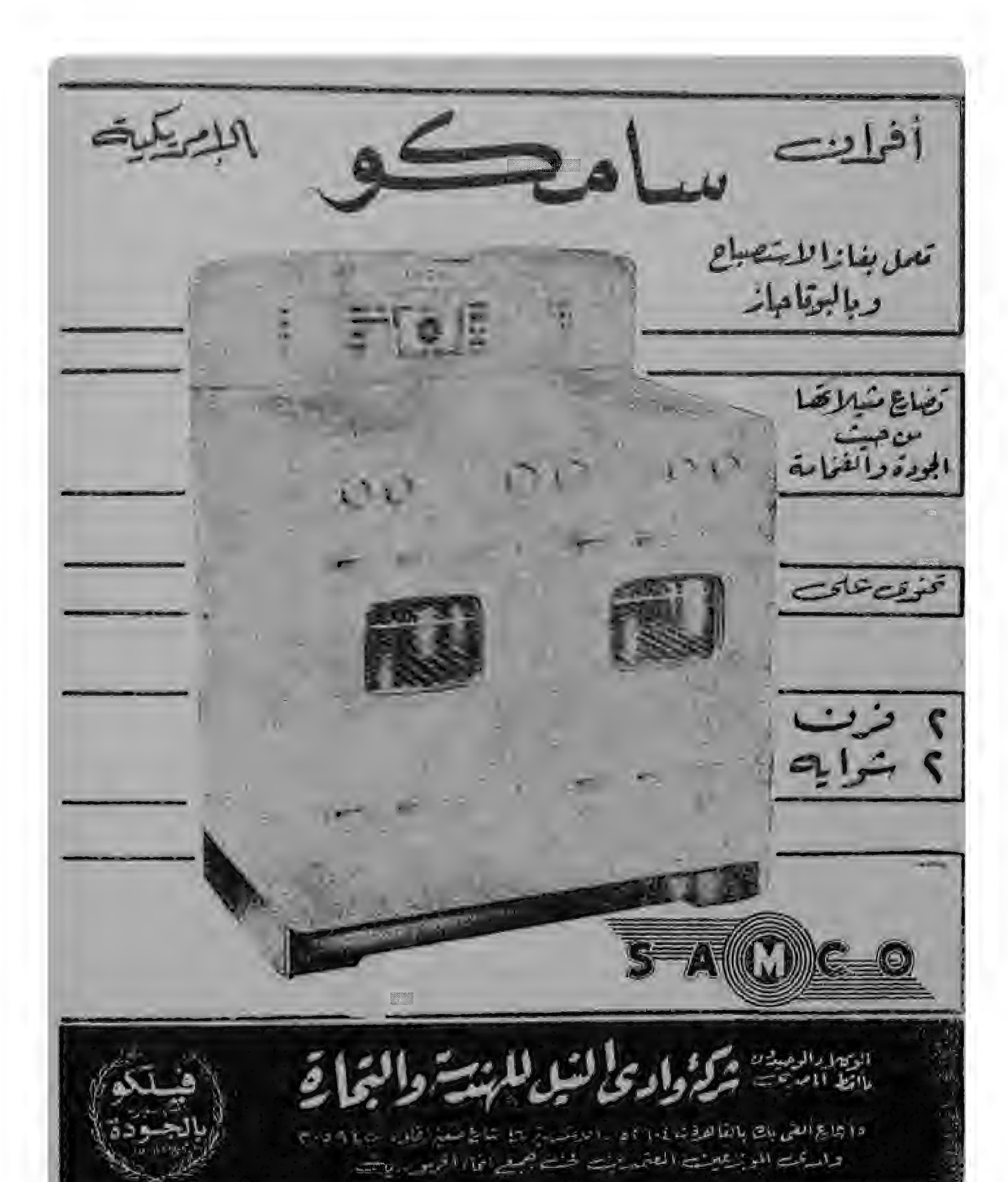
تاييرات من ابتكار جاك فات

تتميز تاييرات جاك فات باكمام مركبة بطريقة تظهر الاكتاف . الباسكات غير ملتصقة والازرار عديدة . ويرى الى اليمين تايير من قماش الجافتـــــوى لون الخردل . والى اليســـار موديل من الشفبوت محلى بياقة عـــلى هيئة الشارب





ثوب للسهرة يمتاز بكورساج ضيق وبجونيلة درابيه . أما الذراعان فيغطيهما قفـاز يصل إلى ما فوق المرفقين .



أفران
سامكو
الأمريكية
تعمل بغاز الاستصباح
وبالبوتاجاز
تضارع مثيلاتها
من حيث
الجودة والفخامة
تحتوى على
٢ فرن
٢ شواية
SAMCO
الوكلاء الوحيدون
بالقطر المصرى
شركة وادى النيل للهندسة والتجارة
فيلكو
بالجودة



تاييرات ومعاطف
وابتكارات جديدات

←

طقم من الصوف الرمادى يقدمه لانفان كاستيلو · الجاكيت شبه التونيك بصفين من الازرار · الحلية من الفراء · الثوب نفسه ضيق · ويلاحظ أن جيبى الجاكيت واطئان أما الازرار فمرتفعة الى الصدر ·



←

وتقدم جرمين لوكونت الى اليسار طقما مكونا من معطف مبطن بقماش يشبه جلد الفهد وتايير ذى جاكيت ضيقة تقفل بصف من أربعة أزرار فى أسفل · الجونيلة متوسطة الاتساع ·







عمر الربيع

هل بلغت سن العشرين ؟ أنت اذن فى عمر الربيع ... لقد اختارت لك بنت النيل تاييرا وثوبا يناسبان سنك . أنت ما زلت شابة والموديل الذى يناسبك يجب أن يمتاز بالبساطة والبعد عن التكلف . وان يكون قماشه مناسبا . ان التايير الذى الى اليمين لا يحتاج الى وصف . كذلك الثوب الذى الى اليسار

لازلنا في الشتاء

هل تنشدين الدفء ؟ ارتدى هذه الجاكيت الطويلة الانيقة . انها مصنوعة من الصوف السميك





وهذا التايير ٠٠٠ انه الاناقة بعينها ٠ لقد قفل من الامام
تماما وضـــيق عند الخصر ٠ أما الجونيلة فضـــيقة





آخر الشتاء

ان التايير الذى يقدمه جان ديسيس الى اليمين من نوع مبتكر . ان الجاكيت شبيهة بالصديرى الذى يلبسه الرجال تحت الجاكيت ان استثنينا الاكمام . ويلاحظ الحلية التى تتدلى من الثنية المصنوعة تحت الصدر . أما الجونيلة فمستقيمة . ويقدم بروبير ثوبا من قماش يدعى تولويد . ان الكورساج متوسط الاتساع أما الجونيلة فهى واسعة وتمتاز ببعض الكسور التى تسهل حركات الساقين



هل أنت من ذوات القد المشوق ؟ لماذا اذن لا تفكرين فى تفصيل هذا المعطف ؟ انه واسع ولكنه دافىء • كذلك الاكمام فهى واسعة وبقلابات عريضة • وقد حليت الياقة بفيونكة كبيرة جدا



ببساطة

انهذا المعطف الشبيه بالفستان من ابتكار جاك جريف ، صنعه من قماش الديسيل وحلاه عند الياقة وأساور الاكمام بالفراء . ويلاحظ ان الحزام مزدوج وقد وضع بطريقة خاصة بعـــد أن ثبت بزرارين . أما الجيبـــان فقد انتقـلا من مكانهما الطبيعى لينـزلا الى ما فوق الركبـــة بقليـــل . لقـد حرص جاك جريف على أن يســـهل حــركة الساقين فوسع الجزء الاسفل من المعطف بقدر المستطاع





بعض مميزات مطبخ « ايديال » ذى الخطوط الانسيابية

- منع احتكاك المعدن ببعضه . حاملات من النيلون اوتوماتيكية التركيب تكفل نعومة تحرك الادراج دون جلبة .
- وسادات من المطاط لعدم احداث صوت عند قفل الأبواب والأدراج .
- الأبواب وواجهات الادراج سمك ١/٢ سنتى مزودة بمادة ماصة للصوت
- مصدات لمنع خروج الأدراج من مكانها .
- مفصلات الأبواب غير ظاهرة . مقابض من تصميم خاص بأفخر برونز مصمت .

أحسن الإمكانات الحديثة تحمل اسم ايديال

تنفرد « ايديال » بتقديم كل هذه المميزات العظيمة الموجودة فى هذه الطرفة التى استطاعت أن تصنعها بترخيص وطبقا لنماذج منتجى مطابخ « بيوتيكرافت كيرفت - لاين » أروع وأجمل المطابخ المعدنية فى الولايات المتحدة .

ان مطابخ « ايديال » ذات الخطوط الانسيابية تعد بحق فى مقدمة المطابخ المعدنية العصرية • فهى تمتاز بطرازها الانسيابى الوجيه وبوحداتها ذات التصميم الرشيق وبأبوابها وأدراجها التى تتحرك بنعومة وبلا صوت • فضلا عن ملحقاتها ومميزاتها التى تعمل على توفير الوقت والجهد • عدا الكثير من الصفات الاخرى المبتكرة التى تجعل من الطبخ متعة . وايا كان حجم أو شكل غرفة المطبخ فان مطبخ « ايديال » المعدنى ذا الخطوط الانسيابية يمكن تنسيقه فيها تنسيقا رائعا ودون أن تتأثر ميزانيتك •

معروض الآن فى : صالة عرض « ايديال » ٢٨ شارع عدلى بالقاهرة

ما زال الثوب الضيق المعروف بباريس باسم غمـد السيف سيد الموقف بين
أزياء هذا الموسـم . أما المعطف فيصل الى الركبة او فوقها قليـلا .





تبدا فى اوروبا خلال شهر فبراير حفلات المرافع الساهرة وهـــذا ثوب أنيق يمتاز بضيق الكورساج وسعة الجونيلة التى تبدأ ضيقة ثم تتســـع الى ان تلامس الارض

سخان أسكوت



يجعل حمامك
جاهزاً
دائماً
ASCOT
يعمل
ASCOT
بالبوتاجاز



شل
بوتاجاز
يباع
في جميع محلات توكيل
مستودعي الشل بوتاجاز
الشركة المصرية للغازات السائلة محرم شفتر وشركاه



معطفان

هذا المعطف الوثير من ابتكار شارل مونتني • لقد صنعه من التويد السميك الابيض والاسود • الجيبان عاليان وملصقان • الازرار عالية والياقة مزدوجة • ويقدم برنار ساجردوا تاييرا أحمر واسود محلى بياقة من القطيفة الحمراء • الظهر مفرض بثنيتين مسطحتين • الجيبان مختفيان تحت قطعة قماش مزررة





وتايورات

هذا المعطف القصير باكمام مركبة محلى بياقة عالية من الكاستور . وهو يرتدى على ثوب من قطعتين : تونيك وجونيلة ضيقة . لقد صنع هذا الطقم من التويد البني والاسود وهو من ابتكار مارلين دى روش . وهذا المعطف الذى يقدمه جاك جريف فانه يرتدى للصباح واثناء السفر . ان اتساعه ناتج عن مثلث مركب تحت الذراع ويزرر بزرار واحد عند الياقة

نظرة أخيرة الى ازياء الشتاء

رافاييل





برنار سجردوا

معطف سبعة اثمان وجاكيت من قماش الايكوسيه الازرق الغامق والاخضر . الجونيلة من الصوف الاسود . ان هذا الطقم الجميل من ابتكار برنار سجاردوا . ويقدم رافاييل جاكيت بياقة على هيئة شال من الكاستور . اما الطقم فانه من الصوف البنى ذى الخطوط الخفيفة . الجيبان موضوعان فى اسفل . الفستان ضيق ويشبه التونيك . ويبتكر باكان هذا البالطو البيليس المحلى والمبطن بالاوسيلو من الجرسيه الرمادى . الاكمام مبطنة تحت ابيسمان بفرونسات



باكان

ويقدم ريفيون هذا الطقم المصنوع من التويد الاســـود والابيض • الجاكيت محلاة بالبيــكان • الجونيـلة ضيقة • وهذا بروبير يضع هذه الجاكيت الثلاثة ارباع من الصوف الخفيف على فستان ضيق من الصــوف الخفيف الاخضر • الياقة الصغيرة والاجزاء الامامية محلاة ببيبه ضيق من الساتان الاسود • الجيــوب كبيرة • وتختار جرمين لوكونت روب برانسيس ومعطفا من التويد السميك الاخضر والازرق • المعطف محلى بالفراء . وها هو ذا مادكاربانتيه يقدم هذا الطقم المصنوع من قماش الشفيوت •









يحلي جاك كوستيه بكرافات وبارمان من الاستراكان جاكيت مستقيمة من التويد السميك الاسود والابيض · الجيوب مشقوقة بالورب



تاييرات من جميع



ان جاكلين جودار تحلي بثلاثة أزرار موضوعة على هيئة مثلث هذا الرداء الاسود



بانسات مشغولة بعش النمل تبدأ من الياقة ومن منتصف جيوب جاكتة من الفلاندرا المارنجو · ابتكار شارل مونتني



تنفذ ايمى لنكر بالصوف المربع الكحلى والاسود تايير مختصرا. ويلاحظ أن قلابات الجيــــوب فى حذى الخصر . الجونيــلة ضيقة

الأشكال والألوان



ويربع موريس روجيـــه تحت صفين من الازرار هذه الجاكيت البنية . فتحه الرقبــه محلاه بالفيزون



يزرر اندريه لودو هــذا التايير الاحمر الفاتح على شكل مثلث رأسه الى أســـفل . الجاكيت غير مختصرة . انه انمـــوذج سهل وبسيط







نقدم لك على هاتين الصفحتين خير ما وصلنا من باريس عن البلوزات لهذا الموسم انها جميعا غاية فى الاناقة ويمكن ارتداؤها جميعا على نفس الجونيلة . وان كنت خياطة ماهرة استطعت أن تختارى البلوزة التى تناسبك . انها جميعا سهلة الصنع . ويمكن ان ترتدى عليها جاكيت ان كان الجو باردا . وان اعتدل الجو ، ولسوف يعتدل بعد شهر او اكثر قليلا فى مصر ، استطعت ان ترتديها على الجونيلة بدون حاجة الى جاكيت . ان البلوزة الانيقة لا تقل جمالا عن الثوب الذى تدفعين ثمنه اضعاف ما تدفعينه فى بلوزة من البلوزات التى أمامك . غير اننا نود فى هذه المناسبة أن ننبهك الى أن الالوان السادة أنسب ان احسنت اختيارها

بلوزات انيقة
لكل المناسبات











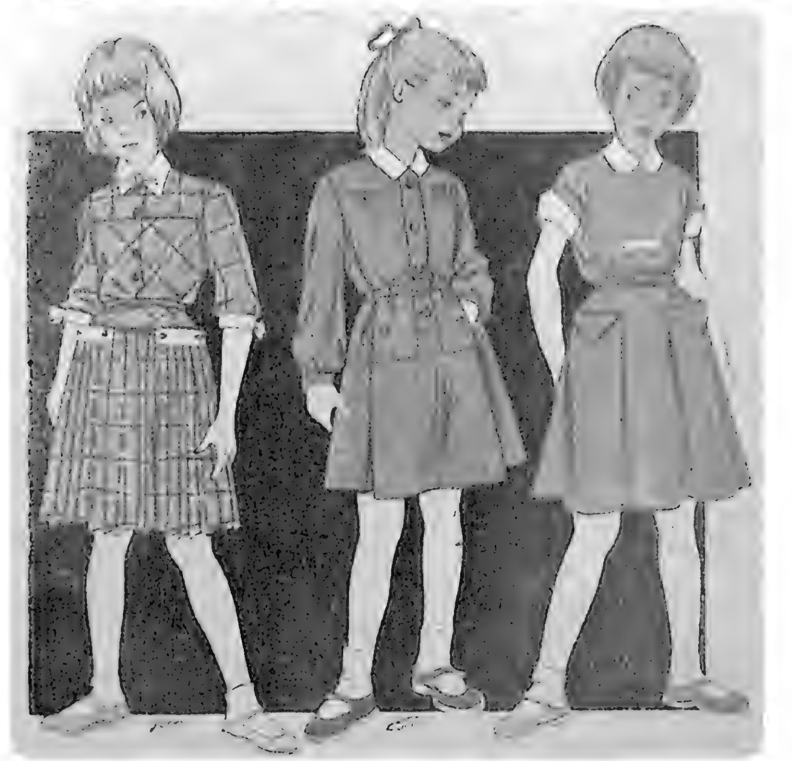


أمامى خطاب من احـــدى القارئات تقول لى فيـــه متى تلبس القبعة ومتى لا تلبسها . ان الثوب التـواليت لا بد أن ترتدى صاحبته معه قبعـــة مناسبة . وقبعـــات الشـتاء تختلف كثيرا عن قبعات الصيف . فبينما تكون الاولى صـغيرة فان الثانية تكون عـلى العكس ذات حافة عريضة لتقى صـــاحبتها ضوء الشمس . ويجب عــلى السيدة الانيقة ان تختار القبعة التى تتفق وشـــكل وجهها . فهناك قبعات لا تنســـجم مع الوجه المستدير ، كما توجـــد قبعـات لا تتفـــق مع الوجه المستطيل . لا تشترى القبعة الجميلة بل اشترى القبعـــة التى تكونين بها جميلة . وعلى اى حال فلا داعى لشراء عـدد من القبعات ان قبعة واحدة فى استطاعتك أن تلبســــيها فى موسمين أو ثلاثة مواســـم ان عرفت كيف تحورينهـا لتصبح صالحة للموسم التالى .

قبعات من باريس



هل فكرت فى ملابس أطفالك ؟








نعم ٠ هل فكرت فى ملابس اطفالك ؟ هل تشترين لاطفالك ملابسهم جاهزة ام انك تفصلينها لهم ؟ اننا نقدم لك على هذه الصفحة خمسة موديلات يمكنك عملها باى نوع من القماش كما يمكنك عملها بفساتينك القديمة ٠ انك لن تحتارى فى اختيار الثوب الجميل لان كل الثياب جميلة على الاطفال ٠ اختارى الاقمشة التى يمكن غسلها واتركى فى القماش براحا لتكبير الفستان عندما يكبر الطفل ٠ وهو كما تعلمين ينمو بسرعة غريبة ٠





فستان سواريه منفوخ
من الوسط والديل حسب
احدث موديلات التفصيل



من ٢١ مارس الى ٣١ منه :
تنتظرك بعض المفاجآت السارة النواحى العاطفية ممتازة · عوامل الغضب قليلة هذا الشهر ·

من أول أبريل الى ١٠ منه :
الجو لا يزال متقلبا· لا تصطدمى بأحد· وقللى ما أمكن فرص المناقشة ان أردت أن تمضى هذا الشهر على خير ·

من ١١ ابريل الى ٢٠ منه :
لا ترمى نقودك من النافذة · انت فى حاجة الى كل قرش لمشروع سوف يعود عليك بالربح الوفير ·

من ٢١ أبريل الى ٣٠ منه :
اياك والثرثرة وأخذ القرارات السريعة ان أردت أن لا تصابى بصدمات لا قبل لك بها ·

من أول مايو الى ١٠ منه :
ان صحتك فى حاجة الى رقابه شديدة خاصة ان كان جسمك يتأثر من البرد وكنت عرضة للزكام ·

من ١١ مايو الى ٢٠ منه :
بعض الصعوبات المالية والعائلية سوف يؤثران على الناحية المعنويه · كونى قوية العزيمة ·

من ٢١ مايو الى ٣١ منه :
احترسى من الصغائر· ولا تنظرى الى هذا الغزل على أنه حب دائم لا تكونى سريعة فى تصرفاتك ·

من أول يونيه الى ١٠ منه :
النشاط ما زال على أشده · استغليه ان أردت الوصول الى الهدف الذى تنشدينه منذ زمن ·

من ١١ يونيه الى ٢٢ منه :
العقل فى أوج نشاطه · ان المسعى الذى تقومين به سيدركه النجاح · سافرى ان أردت ·

من ٢٣ يونيه الى ٣٠ منه :
ان الحلم الذى يداعبك لن يتحقق بالسرعة التى تتخيليها · وعلى أى حال فان هذا الشهر هو شهر العمل والمشروعات ·

من أول يوليه الى ١٠ منه :
لا تناقشى أية مسألة شائكة الا ان كنت واثقة من أن اعصابك لن تثور وأن هدوءك سيتغلب ·

من ١١ يوليه الى ٢٢ منه :
يجب أن تكونى واقعية وأن تنظرى الى الامور بالمنظار الحقيقى ان أردت تحقيق الحلم الذى تفكرين فيه ·

من ٢٣ يوليه الى ٣١ منه :
مفاجأة سارة فى الناحية العاطفية · مكاسب كنت فى انتظارها فتحققت · انه شهر سعيد

من أول أغسطس الى ١٠ منه :
ان الجرأة سبيل النجاح بشرط أن تعتصمى بالعقل وخاصة من جهة عملك · لا ترهقى نفسك ·

من ٢٣ أغسطس الى ٣١ منه :
المكاتبات والاسفار قد تكون ذات جدوى · أما الحب فانه غير موفق فى هذا الشهر على الاقل ·

من أول سبتمبر الى ١٠ منه :
المسائل المادية موفقة · فأنت من هذه الناحية سعيدة وسعيدة للغاية· أما النواحى الاخرى فانتظرى ·

من ١١ سبتمبر الى ٢٢ منه :
استعداد مهنى طيب · نجاح معنوى · وتأييد الاقارب والاصدقاء

من ٢٣ سبتمبر الى ٣٠ منه :
شهر طيب جدا لقرار عاطفى · معارف جديدة وسرور يأتى عن طريق الصداقة ·

من أول أكتوبر الى ١٠ منه :
هذا النشاط الزائد عن حده يجب ألا يصل الى حد الارهاق · أنت مدفوعة فى هذا الشهر الى السيطرة ·

من ١١ أكتوبر الى ٢٣ منه :
حظ ملتهب وخاصة فى النواحى المالية · أما الاحلام فقد تتحقق وقد لا تتحقق ·

من ٢٤ أكتوبر الى ٣١ منه :
ان أول خطوة قد لا تكون خطوة سديدة · فكرى ولا تلقى بنفسك فى خضم الثرثرة التى ليس من ورائها الا الندم ·

من أول نوفمبر الى ١٠ منه :
تأثير طيب على الاعمال والاشغال والعلاقات المفيدة · انتهزى الفرصة وحققى أهدافك ·

من ١١ نوفمبر الى ٢٢ منه :
أجلى المشروعات الهامة وخاصة العقارية منها ان لم تكونى قد توفرت على دراستها ·

من ٢٣ نوفمبر الى ٣٠ منه :
ان مسائل القلب حظها فوق المعتاد · ولكنك فى حاجة الى بعض الجرأة لتصلى الى ما تريدين ·

من أول ديسمبر الى ١٠ منه :
شهر ممتاز للاسفار أو للانتقال الى مسكن جديد · ستبذلين جهدا جسمانيا غير عادى ·

من ١١ ديسمبر الى ٢٠ منه :
ان الحظ دائما معك ويؤيد مشروعاتك · اشياء جديدة فى الافق يمكن أن تجنى منها بعض الفائدة ·

من ٢١ ديسمبر الى ٣١ منه :
شهر طيب للمكاتبات والعقود الصغيرة · نشاط عقلى وجسمانى يأتى بأحسن النتائج ·

من أول يناير الى ١٠ منه :
نجاحك فى كل شىء عائد الى حسن تفكيرك وعلى مثابرتك فى كل ما تقومين به من أعمال ·

من ١١ يناير الى ٢٠ منه :
لا توافقى بسرعة على ما يقدم لك · لا ترتبطى بشىء أنت لاتعرفين ما سوف يتأتى عنه · بعض التعب·

من ٢١ يناير الى ٣١ منه :
كونى منظمة فى عملك· ولاتناقشى من حولك فيما لا جدوى فيه· كونى عملية · وابتعدى عن الخيال ·

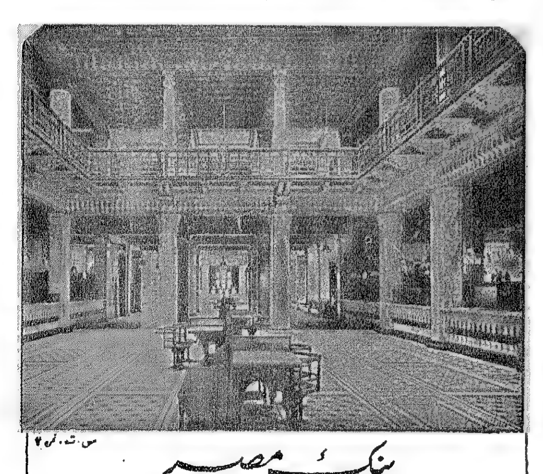
من أول فبراير الى ١٠ منه :
ان أعصابك المرهقة فى حاجة الى تغيير ·· فى حاجة الى راحة ·· فى حاجة الى سفر لبعض الوقت ·

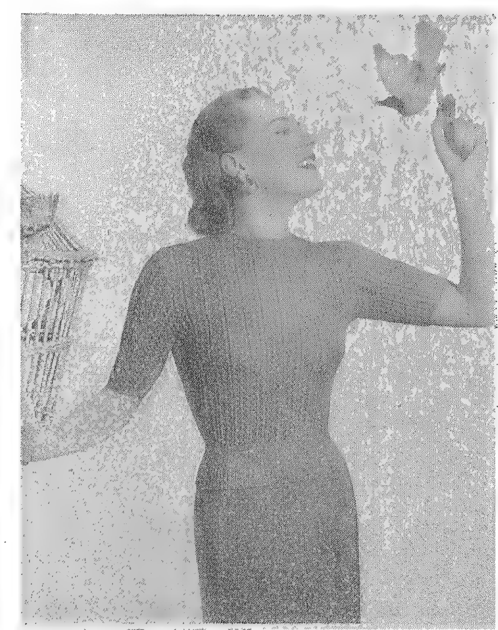
من ١١ فبراير الى ١٩ منه :
أجلى التغييرات الكبيرة· راقبى حالتك الصحية المتعبة · خطاب لطيف قد يصلك ويبدل كربتك الى فرح ·

من ٢٠ فبراير الى ٢٨ منه :
جو عاطفى ثائر بعض الشىء · كثير من الحظ فى العمل والاشياء التى فى حاجة الى تفكير منتج ·

من أول مارس الى ١٠ منه :
شهر طيب لاعادة النظر فى نظام العمل · مساعدة عائلية · اتفاق دائم ·

من ١١ مارس الى ٢٠ منه :
أنت تدخلين فى فترة طابعها البناء وخاصة فى الناحية المهنية ·





بلوفر مزخرف بغرزة الدنتلة

المواد الاولية : ١٩٦ جـــرام (٧ شلل) من صوف بيهـــايف فنجرنج المصنوع بطريقة بيهـــايف المبتكرة لمقاومة الانكماش والتمدد ـ ٣ فتل ـ ابرتان نمرة ١٣ وابرتان نمرة ١١ ماركة بيهايف أو كوين بى ـ سوستة ١٠ سنتى .

المقاسات : مقاس الصدر ٨٥ ـ ٩٠ سنتى ـ الطول من اعلى الكتف ٤٩ر٥ سنتى ـ طول خياطة الكــم ١٢ر٥ سنتى .

قوة الشد : ٨ غرز و ١٠ سطور لكل سنتى مربع بغرزة عادية على ابرة نمرة ١١ .

الاصطلاحات: ع = غرزة معدولة. م = غرزة مقلوبة .

الامام

استعملى الابرة نمرة ١١ وابدئى ١٢٠ غرزة ـ اشتغلى ١ ع و ١ م مضلع مساحة ٥ سنتى .

غيرى الى الابـــرتين نمرة ١٣ واستمرى فى شغل مضلع الى ان يصبح مقاس الشغل ٩ر٥ سنتى من البداية .

السطر التالى : اشتغلى ١٠ غرز مضلعة « زودى فى الغرزة التالية ـ ١٣ مضلع » ٧ مرات ـ زودى فى الغرزة التالية ـ مضلع للاخر «١٢٨ غرزة» .

غيـــرى الى الابرتين نمرة ١١ واستمرى حسب الموديل كالاتى :

السطر ١ : × ٢ م ـ اسلتى غرزة ـ ١ ع ـ مردى عليها الغرزة المسلوتة ـ الصوف للامام ـ ٣ ع ـ الصوف للامام ـ ٢ ع معا ـ كررى من × الى اخر غرزتين ـ ٢ م .

السطر ٢ : ٢ ع ـ × ٧ م ـ ٢ ع ـ كررى من × للاخر .

السطر ٣ : × ٢ م ـ ٢ ع ـ الصوف للامام ـ اسلتى غرزة ـ ٢ع معا ـ اسلتى عليهما الغرزة المسلوتة ـ الصوف للامام ـ ٢ ع ـ كررى من × الى اخر غرزتين ـ ٢ م .

السطر ٤ : كالسطر ٢ .

وهذه السطور الاربعـــة تكون الموديل .

استمرى حسب الموديل وزودى غرزة فى كل من طرفى السطر السابع التالى وكل سطر ١٣ تال الى ان تصبح على الابرة ١٣٨ غرزة واشتغلى الغرزة الاضافية بغرزة عادية .

استمرى على هذه الغرز الى ان يصبح مقاس الشغل ٣٢ سنتى من البداية .

كسمى لحردتى الباط بأن تقفلى ٨ غرز عند بداية السطرين التاليين ـ نقصى غرزة عند طرفى كل من السطر التالى وكل سطر بعد سطر الى ان تتبقى ١٠٨ غرزة .

استمرى على هذه الغرز الى ان يصبح مقاس الشغل ٤ر٥ سنتى من بداية تكسيم حردتى الباط .وانتهى بحيث يكون وجه الشغل مواجها لك عندما تشتغلين السطر التالى.

كسمى للرقبة كالاتى :

السطر التالى : ٤٤ غرزة حسب الموديل ـ اقفلى ٢٠ ـ اشتغلى حسب الموديل للاخر .

استمرى على كل مجموعة من ٤٤ غرزة كالاتى :

نقصى غرزة عند حافة الرقبـــة على السطر التالى وكل سطر بعد سطر الى ان تتبقى ٣٩ غرزة .

استمرى على هذه الغرز الى ان يصبح مقاس الشغل ١٧ر٥ سنتى من بداية تكسيم حردتى البـــاط وانتهى عند حافة حردة الباط.

كسمى للكتف بأن تقفـــلى ١٣ غرزة عند بداية السطر التالى وكل سطر بعد سطر الى ان يتم قفـــل كل الغرز .

الظهــــر

اشتغلى كما اشتغلت للامام الى ان يتم شغل تكسيم حردتى البـــاط « ١٠٨ غرزة » .

استمرى على هذه الغرز الى ان يصبح مقاس الشغل ٨ ١/٤ سنتى من بداية تكسيم حردتى الباط وانتهى بحيث يكون وجه الشغل مواجها لك عندما تشتغلين السطر التالى .

قسمى لفتحة الظهر كالاتى :

السطر التالى : ٥٤ غرزة حسب الموديل ـ دوزى ـ واشتغلى غرزة عند الحافة الداخلية على كل سطر واستمرى على هذه الغـــرز الى ان يصبح مقاس الشغل كمقاس الامام حتى تكسيم الكتف . اقفلى .

اوصلى الصوف الى باقى الغرز وكملى ليكون كالنصف الاخــر من الظهر .

الاكمـــــام

استعملى الابرتين نمرة ١٣ وابدئى بهما ٨٠ غرزة .

اشتغلى مضـــــلع ١ ع ـ ١ م مساحة ٢ سنتى

السطر التالى : ٧ غرز مضلعـــة « زودى فى الغرزة التـــــالية ـ اشتغلى ٥ غرز مضلعة » ١١ مرة ـ زودى فى الغرزة التالية ـ اشتغلى مضلع للاخر « ٩٢ غرزة » .

غيرى للابرتين نمرة١١ واستمرى حسب الموديل كالامام ـ زودى غرزة عند كل طرفى السطر الخامس وكل سطر خامس تال الى ان تصبح ١٠٤ غرزة على الابرة . اشتغلى الغرز الاضافية بغرزة عادية .

استمرى على هذه الغــرز حتى يصبح مقاس الشغل ١٢ر٥ سنتى من البداية .

كسمى للاعلى بأن تقفلى ٣ غرز عند بداية السطور الستة التالية ـ نقصى غرزة عند طرفى كل سطر الى أن تبقى ٧٦ غرزة ـ كل سطر بعد سطر الى ان تبقى ٦٦ غرزة ـ ثم كل سطر ثالث تال الى ان تبقى ٤٤ غرزة .

اقفلى ٦ غرز عند بداية السطور الستة التالية .

اقفلى .

اشتغلى كما آخر بنفس الطريقة.

بشدة الرقبة

خيطى كتفى الامام والظهـــر . استعملى الابرتين نمرة ١٣ وبوجه الشغل القطى ٨٧ غرزة حول الرقبة

اشتغلى الحافة المزخرفة كالاتى:

السطر ١ : م

السطر ٢ : ع

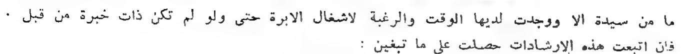
السطر ٣ : ١ م ـ × الصوف حول الابرة ـ ٢ م معا ـ كررى من × للاخر .

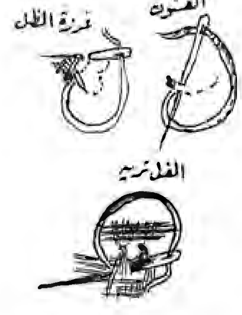
السطر ٤ : ع .

السطر ٥ : م .

اقفلى .

التركيب : اتركى الشغل المضلع وبظهر الشغل دبسى الاركان واكوى بمكواة ساخنة وقطعة قمــــاش مبللة . وبغرزة غير ظاهرة خيطى الجوانب وخياطات الكمين وركبى الكمين . اثنى بندة الرقبة على سطر الخروق وربتيها مكانها على ظهـــر الشغل . ثبتى السوستة بفتحة الظهر . اكوى كل الخياطات .





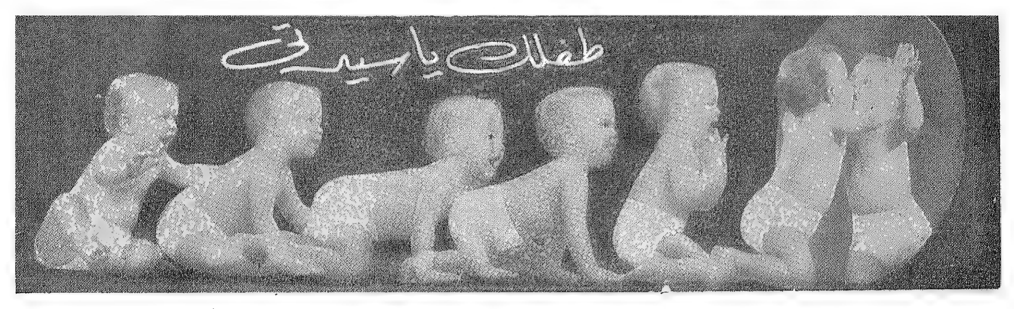
ما من سيدة الا ووجدت لديها الوقت والرغبة لاشغال الابرة حتى ولو لم تكن ذات خبرة من قبل ·
فان اتبعت هذه الإرشادات حصلت على ما تبغين :

١ ـ ينفذ هذا المفرش من قماش تيل رفيع لون أصفر « مشمشى » ·
٢ ـ لون الخيط ونوعه : خيط برودريه أبيض نمرة ٣٠ والغرز المستعملة فى غرزة الفستون للحسافة والظل والحشو والفل تريه للرسم :
٣ ـ مقاس المفرش : ١٢٥ سم × ١٢٥ سم ·
٤ ـ مقاس الفوطة : ٢٥ سم × ٢٥ سم ·

ابدئى بنقل الرسم المكبر للمفرش على ورق شفاف وكررى الرسم على الورق لتحصلى على رسم دائرى يكون وسط المفرش ثم انقلى الرسم على المفرش بواسطة ورق كربون ·

اشتغلى الغرز المستعملة حسب الرسم واستعينى بالرسم التوضيحى للغرز الذى أمامك مع ملاحظة شغل غرزة الظل من الخلف ·





عندما يتعلم الطفل الزحف يحتاج عادة لحريه كبيرة لكى يتحرك على يديه وركبتيه ، ويحاول القيام بالخطوات الاولى ..

والاوفرا اول والبرتيتوز لا تعوق حركات الطفل كالفساتين .. وتتصل فى هذا السن الملابس التى يمكن فردها لكيها او المصنوعة من قماش لا يحتاج للكى .. وبنطلون البيجاما يقى سيقان الطفل عندما يزحف على سطح خشن .. ويحب كثير من الامهات بأن يكون لديهن فستان او اثنين ولكل منها لباس صغير (سليبس) من لونه لاستعماله فى المناسبات الخاصة . والفساتين يجب ان تسمح بحرية الحركة وان تكون سهلة الارتداء والخلع، سهلة الغسيل ، ولا يصح تزيينها بأى شىء يمكن ان يخدش جلد الطفل الرقيق.

وسواء ولد طفلك فى الصيف أو فى الشتاء فلن يحتاج للملابس خاصة للخروج لبضعة شهور غير بطاطين أو شيلان وفى الجو البارد عندما يستطيع الجلوس سيحتاج لبدلة لعب من الصوف او بالطو، وهذه يجب ان تكون واسعة لان الملابس تكون اكثر دفئا اذا كانت واسعة بحيث تترك فراغا هوائيا حول الجسم .

وهذا الرداء يجب ان تكون أكمامه واسعة بحيث يمكن ان يلبسه الطفل فوق السويتر ، ويفضل المصنوع من قطعتين ، والبدل النايلون مناسبة جدا لانه يمكن غسلها وتجفيفها اثناء الليل ..

والملابس المصنوعة من التريكو تسمح للطفل بحريه فى الحركة اكثر من المصنوعة من القماش الصوفى ، ولكنها لا تدفىء كثيرا لان الهواء قد يتخللها .. واذا أضيف اليها رداء خارجي من نسيج قطنى خاص ليقاوم الرطوبة والهواء صارت نافعة جدا ..

وفى الجو البارد يحتاج الطفل لغطاء لرأسه من الصوف ، ولكن فى الجو الدافىء الخفيف لا يحتاج الطفل لاى غطاء للرأس .. أما فى الصيف اذا كان سيتعرض للشمس فلا بدمن الاستعانة بقبعة خفيفة ..

ولننتقل الان الى حديث الاحذية والجوارب ..

فى الجو البارد — لا يحتاج الطفل الصغير الذى لا يزال ملفوفا فى البطاطين الى جوارب أو أحذية ..

وفى الصيف أيضا نجده لا يحتاج اليها الا حينما يبتدىء الزحف ..

ويحسن ان يلبس الطفل قبل المشى أحذية خفيفة لينة تستعمل فقط لوقاية رجليه من الارض الصلبة أثناء الزحف ..

ومن الافضل — عموما — ان يسير الطفل بقدميه عاريتين اذا كانت الارض التى يلعب عليها نظيفة لان تمرين عضلات القدمين يقويهما ..

وعلى كل حال فاذا قررت ان الاحذية ضرورية عندما يبدأ طفلك فى المشى فاختارى تلك الاحذية التى تسمح لنمو قدميه واعتدال قامته ..

وهذه تحتاج الى ان يكون لها نعل متين ومرن يناسب شكل قدمه الذى يكون مستقيما من الداخل، والنعل يجب الا يكون بدون كعب ، كما يجب ان يكون خشنا بحيث لا ينزلق الطفل ..

واذا كانت الارض أو الحذاء من النوع المنزلق فقد يخاف على الطفل من محاولته المشى عليها ..

وعند شراء الحذاء يجب ان يلاحظ ان يكون اطول من قدمه بسنتيمتر وأعرض بنصف سنتيمتر على الاقل.

وافحصى قدمى طفلك كثيرا لترى اذا كانت هناك تخانة فى الجلد أو احمرار أو بقع غامقة لان هذه قد تكون ناتجة من ضغط الحذاء ..

والشرابات القصيرة افضل من الطويلة ويجب ان يكون الشراب بعد غسله أطول من قدم الطفل بمقدار ١ر٥ سنتيمتر على الاقل لان قدم الطفل تنمو سريعا ويجب ألا تكون اصابعه فوق بعضها داخل الشراب ..

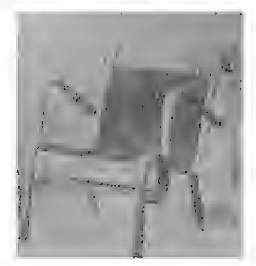
أم مجربة

فى ليلة واحدة ...
تتخلصين من الإمساك باللبان الملين



حجرة جلوس عرضت فى صالون التدبير المنزلى وهو معرض يقام فى باريس كل ستة أشهر . ويلاحظ أن الجلد يغطى كل المقاعد التى استعاضت عن القطن والسوست بوسائد الدانلوبيلو وكسيت بجلد البقر .

الجلد يزيد من أناقة الأثاث



كرسى من الطراز الحديث مصنوع من الخشب والحديد المطروق ، ان كسوته من جلد البقر غاية فى المتانة.

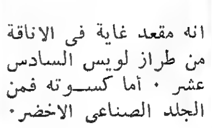


هـذا الكرسى الذى يفرد ويطبق عند الطلب مكسو بالبوكس الاحمر المثبت بمسامير نحاسـيـة

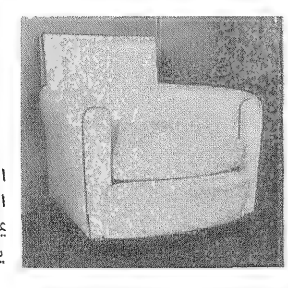


هذا المقعـد من طراز لويس الخامس عشر ، لقـد كسى بجلد الخروف الاخضر ووشى بخيط رفيـع من الذهب .

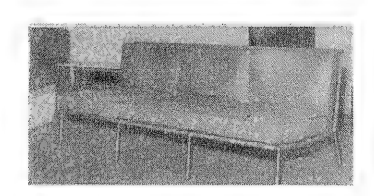




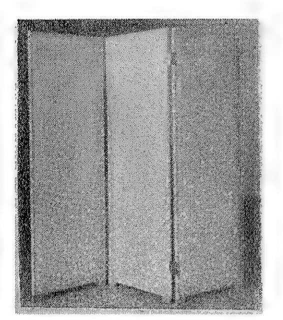
انه مقعد غاية فى الاناقة من طراز لويس السادس عشر • أما كسوته فمن الجلد الصناعى الاخضر •



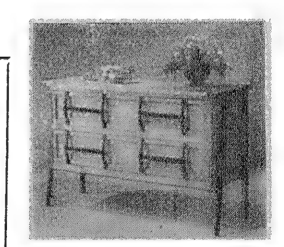
انه مقعد وثير من الجلد الابيض الصناعى الذى يمتاز عن الجلد العادى بأنه يغسل بالماء والصابون



مقعد مريح جدا وبسيط للغاية : انه مكسو بوسائد من الجلد • ابتكار جاسكوان • ان هذا المقعد لا يحتاج الى تفاصيل • انه غاية فى البساطة والاناقة • وحبذا لو وضع فى حذاء حائط الغرفة الاطول : ان تنظيف هذا المقعد العريض لا يحتاج الى كثير عناء وانه كما ترين لا يحتاج الى كسوة تقيه الاتساخ •



لقد صنع هذا البرافان من مادة بلاستيكية لتقلد البرشمان ، طابعه البساطة •



وسوف تسالينني ياسيدتى عن المكان الذى تضعينه فيه • ضعيه فى المكان الذى تشعرين أنه ينسجم مع سائر أثاث الغرفة • لا تضعيه فى ركن بحيث لا يظهر منه الا بعض أجزائه • ضعيه على العكس من ذلك فى صدر الغرفة •



مع صحفيات ... المستقبل

تعالوا معى اذا فى هذه الجولة للتعرف الى صحفيات الغد المشرق لوطنكم .. اننا الان فى احد مدرجات كلية اداب جامعة القاهرة .. ورغم ان موعد محاضرات اليوم لقسم الصحافة بالكلية ما زال باقيا عليه ثلاث ساعات .. الا اننا استطعنا أن نلتقى بعشرات من طالبات الصحافة ما بين صفحات الكتب فى المكتبة الجامعية .. وبين حلقات المناقشة فى مقصف الكلية .. وثمة عدد من الطالبات .. كن يختلين بأنفسهن فى المدرجات الخالية .. منهمكات فى تسجيل بعض الاخبار والمواد الصحفية الاخرى التى يشتركن بها فى تحرير بعض الصحف المصرية من باب التمرين العملى ..

لقد كنت أريد أن أقدم لكم .. قارئات وقراء بنت النيل – نموذجا مما يحررن .. ولكنهن كن أكثر منى لباقة .. فقد رفعت احداهن يدها محذرة من الاقتراب من



ناهد توفيق

أوراقها .. وهى تقول ضاحكة .. دى أسرار المهنة يا زميلة ..

والان لنبدأ تعارفنا بهن بأخذ فكرة سريعة عن المواد التى تدرس لهن .. فطالبات السنة الاولى يدرسن مع زملائهن .

لغة انجليزية وترجمة .. علم نفس .. تاريخ الحضارة الحديثة اداب الصحافة وتاريخها ..

التحرير

وفى العام الماضى أى فى أول عام لافتتاح قسم الصحافة كانت هذه القائمة تدرس لهن مضافا اليها دراسات لانظمة الحكم الموجودة فى دول العالم ولكنها الغيت هذا العام ..

وأما طالبات السنة الثانية .. فمواد دراستهن تشمل :

فن الاذاعة – فن الدعاية والاعلان وسائل الانباء – جرائم النشر وما يدخل منها تحت طائلة قانون العقوبات – الصحافة والادب فى مصر – التحرير بأنواعه – المقال – الخبر – النقد – الروبرتاج – الفرق بين الاسلوب الصحفى والاسلوب الادبى .

هذه مواد الدراسة فى السنتين الاولى والثانية .. أما مواد السنتين الثالثة والرابعة .. فانها غير معلومة الان حيث لم يتم بعد افتتاح هاتين السنتين اللتين ستشملان مناهج التخصص للاذاعة .. أو الصحافة .

وخلاف هذه الدراسات النظرية .. تزاول الطالبات دراسات عملية فى الصحف بالمساهمة فى تحرير بعض ابوابها مثال باب « كل يوم » بجريدة الجمهورية .. وطبق اليوم فى جريدة الاخبار الخ ..

وقد تقرر أخيرا أن يعهد الى طالبات وطلبة قسم الصحافة باصدار جريدة جامعية باسم « صوت الجامعة » وهى جريدة اسبوعية تقول عنها الصحفيات المقبلات انها ستنافس أكبر الصحف الاسبوعية .. ويكفى أن تعلموا أن سكوتارية تحرير « صوت الجامعة » سيعهد بها الى ستة من طالبات وطلبة الصحافة دفعة واحدة .. يكفى أن تعلموا ذلك لتدركوا مدى ضخامة المشروع .

وقد كان فى جعبتى لهن كثير من من الاسئلة ولكنها راحت تتزايد تبعا لتزايد جو الحماسة التى أشعلتها فى المكان .

وما كدت اسأل احداهن عن الشخصيات الصحفية التى تتأثر بها حتى توالت على اجابتهن جميعا ممتعة ..

وقد تحمست كل منهن لشخصيتها الصحفية المفضلة ..

قلت : لتتول احداكن اذا تسجيل الاجابة حسب ترتيب الاصوات التى تنالها كل شخصية اذا أردتن أن تعتبرنه استفتاء .

وجاءت اجاباتهن هكذا :

فكرى أباظة .. ككاتب شعبى

احسان عبد القدوس : ككاتب قصصى ..

درية شفيق : كصحفية ذات رسالة ..

أمينة السعيد : ككاتبة اجتماعية

أنجى رشدى : ككاتبة واقعية

خيرية خيرى : كمخبرة صحفية

وكان على أن أحاول كشف مواهب بعضهن فى دنيا الصحافة .. قالت ناهد توفيق .. انى أحب المغامرة ومواجهة الاخطار .. وان أقصى أمانى أن أرسل يوما الى جبهة قتال .. أية جبهة لانقل الى قرائى أنباء المعارك من الصفوف الاولى ..

وقد فكرت فى دراسة التصوير الصحفى لتكون رسالتى فى الجبهة .. رسالة كاملة .. هذا الى اننى أجيد الجرى لمسافات طويلة .. وبذلك يمكننى أن أتابع تحركات الجيوش على قدمى ..

وهنا .. انبرت لها زميلة معلقة بقولها : ولا تنسى أن الجرى يفيد أيضا فى حالات الانسحاب ..

وناهد توفيق تؤهل نفسها الان للاشتغال بعد التخرج كمحررة فنية مؤقتا الى أن تتاح لها فرصة العمل كمحررة فى خطوط النار..

وهذه ناهد .. أخرى .. انها ناهد محمود . وتقول انها تعد نفسها للعمل كمخبرة صحفية .. وناهد محمود تتمرن منذ الان على جمع الاخبار لبعض الصحف .. ولكنها لم تخف على انها حتى الان لم توفق الى استخلاص أخبار هامة لسبب بسيط .. هو انها تتجه دائما الى رئيس العمل فى المكان الذى تقصده .. فلا تخرج من لديه بشىء .. سوى الالمام بقصة حياته كاملة ..

أما خديجه قاسم .. فقد صرحت بأنها تدرس بقسم الصحافة للتوصل الى العمل كمذيعة .. وتنهدت خديجه قاسم تنهيدة



خديجة قاسم

حالمة .. وهى تقول ان حلمى الوحيد .. الذى لا يفارق خيالى .. هو الاشتغال بالتلفزيون ..

وخديجه فتاة شرقية القسمات . ذات عينين كحيلتين وشعر سواد الليل .. انها تصلح بالفعل للوقوف أمام مرآة التليفزيون .. فى أدوار .. ليلى العامرية

وهناك أيضا انجيل جنيدى .. انها طالبة بالسنة الثانية وتعتزم التخصص فى العامين القادمين بشعبة الاذاعة ..

والطالبة فايقة محمود تقول انها كافحت كثيرا حتى اتيح لها دخول قسم الصحافة .. فان أسرتها كانت تعارض بشدة فى هذا الاختيار بحجة أن تقاليد الاسره لا تسمح .. « ببهدلة فايقة فى شغلة الصحافة » ..

ومع ذلك فقد استطاعت فايقه بمساعدة اشقائها الشبان .. الانتصار لرأيها واقناع والدها به .. وهى تميل للاشتغال بعد

المحرج فى الادب ·· لوريثــــة لمدرسة طه حسين ··

• ويبدو ان نية طالبات الصحافة مبيتة لاحتلال جميع المقاعــد فى عالم الصحافة ·· فقد أصرت زينب سادق ·· على اختيار باب الرياضة ليكون مجال عملها الصحفى المنتظر ·· وبذلك ســتكون زينب أول محررة رياضـــية تنتمى للجنس الناعم فى مصر ··

أما فايزه حسن فقد اختــارت الروبرتاج لعملها ·· وهى تعده اهم أركان الصحافة الحديثة ··

وطلبت من احداهن أن تشــمل أسئلتى توجيه ســؤال فى الذكاء الصحفى ·· قلت ·· اذا فلتفكر كل منكن فى السؤال الذى فاتنى فى ذلك الموضوع ؟

قالت ·· فاتك أن تسألينا عن الباب الذى نفضله فى صحفنا ؟

وقالت ناهد محمـود ·· فاتك ان تسألى عن استعدادنا لعقــد صلات اجتماعية لتسهيل رسـالتنا الصحفية ؟

وقالت فايقه محمود ·· فاتك أن تسألى ماذا أفعل لو فشلت فى الحصول على خبر كلفتنى بــه الجريدة ؟

ووجدت انه فعلا سؤال مثير ·· فقلت ·· صحيح ماذا تفعلين فى هذه الحالة·· وفوجئت بالصحفية الشابة ترفع يديها الى وجههــا بالمنديل وهى تقول :

ــ ماذا أفعل ·· ســأذهب الى رئيس التحرير وأبكى له معتذرة عن فشلى ··

ولما رأتنى أسجل تصريحهــا الخطير ·· أرادت أن تمكر بى ·· فصرخت قائلة ·· لقد أردت فقط أن أدعك تنهين زيارتك لنا نهاية طريفة ·· فهذه هى النهاية المفضلة فى أسلوبى ·· ولو اضطررت الى ان أجعل من شخصى كبش الفـداء فيها ··

وقد كان السؤال الذى فـاز باجماع أصواتهن هو :

ــ هل العمل الصــحفى انسب للفتاة أو للرجل ؟

فقد اجمعن على أن المرأة تملك مؤهلات طبيعية وامكانيات واسعـة تؤهلها للنجاح فى العمل الصحفى بل والحصول على قصب الســبق دون الرجال لو عرفت الصحفية كيف تسخر كل امكانياتهـا فى خدمة صاحبة الجلالة الصحافة ·

وعدت أضيق عليهن الخناق ·· فقلت أجد بينكن واحدة تستطيع أن تؤكد قدرتها على تحمل مسئولية اصدار جريدة بدون معاونة أحـد وبعد أن طالت مشاوراتهن لبعضهن لتحديد الاجابة ·· تولت الطالبـة زينب صالح الاجابة بالنيابة عنهن فحاولت فى لباقة أن تقنعنى بأن كلا منهن ستكون على أتم استعداد لتحمل هذه المسئولية بمفردها ·· ولكن على الجمهور أن يمهلهـن عامين فقط ·· يتممن خلالهمـا دراستهن·· فالمسئوليات فى رأيها ·· شىء خطير يجب أن يقوم على أساس قوى من الثقافة والتجربة ·· وهن ما زلن بعد رهن الدرس والتحصيل ··

وقلت ·· لقد استطعت عـلى الاقل أن تقنعينى ·· بأن اللباقة



فايقة محمود

الصــــحفية ·· لا تنقصكن ·· فالتصرف اللبق·· والخاطر السريع هما فى مقدمة الصفات المطلـوب توفرها ·· فى صحفيات المستقبل

سعاد زهير

ناهد محمود وناهد توفيق وخديجة قاسم وانجيل جندى واخريات يطالعن مجلة « بنت النيل » فى شغف واقبال



الخرشوف المحشو بالأرز

المقــادير :

وحدات من الخرشوف حسب الرغبة ــ نصف كوب أرز نصف رطل لحم مفروم ــ بصلة ــ سمن ــ قطعة كرفس ــ جزره ــ ربع رطل طماطم ــ ٢ حزمة مقدونس ــ ملح وفلفل وبهار ــ عصير ليمون ــ نصف كوب ماء ٠

الطريقــة :

قشرى الخرشوف من أوراقه السميكة الخارجية وقشريه من الجوانب حتى يصير كالكأس ثم قطعى جزءا من أطرافه وقوريه من الداخل ثم ضعى كل واحدة بعد تنظيفها فى ماء وعصير ليمون حتى يسود لونها ٠

اسلقى الخرشوف المقشر فى ماء مغلى مضاف اليه عصير ليمون نصف سواء ثم ينشل من ماء السليق ويترك ليبرد ٠

اعملى الخلطة ــ وذلك بأن تحمرى البصلة بعد فرمها رفيعا فى السمن حتى يصفر لونها فيضاف لها الفلفل والبهار وعصير الطماطم وغطى الاناء واتركيها على النار حتى تنضج الطماطم وتتسبك ٠

أضيفى الماء والملح واتركيه يغلى ثم أضيفى الارز بعد غسله ويترك على النار الهادئة حتى يتشرب الماء مع ملاحظة أن يكون الارز قد نضج نصف سواء لا أكثر ــ ثم قلبى فيه اللحم المفروم واتركيه يبرد ٠

يحشى الخرشوف بالارز مع ملاحظة عدم ملئها كثيرا ــ ثم تلف كل واحدة بقطعة من ورق الزبدة بعد بلها قليلا بالماء ٠

افرمى بصلة كبيرة فرما رفيعا ثم قشرى الجزرة وقطعيها حلقات رفيعة وتخلط مع البصلة المفرومة وتوضع فى قاع الحلة ومعها ملعقة سمن ثم يرص الخرشوف ٠

يرفع فوق نار هادئة مع اضافة قليل من الماء المغلى وغطى الاناء ويترك حتى يتم نضج الخلطة والخرشوف ٠

عند التقديم ينزع الخرشوف من الورق ويرص فى طبق مسطح ويصب حوله جزء من الصلصة المتخلفة من الطهى ويقدم ساخنا ٠

حمص شامى باليخنى

المقــادير :

نصف أقة حمص شامى صحيح ــ رطل لحم ــ ٢ بصلة متوسطة الحجم ــ قليل من الثوم ــ نصف رطل طماطم ــ ملح وفلفل ٠

الطريقــة :

١ ــ اغسلى الحمص وانقعيه فى ماء بارد لمدة ١٢ ساعة ثم يصفى من ماء النقع واسلقيه فى ماء مغلى نصف نضج أو حتى يسهل نزع قشرته ٠

٢ ــ صفى الحمص من ماء السليق ويقشر من قشرته الخارجية ٠

٣ ــ قطعى اللحم الى قطع صغيرة مناسبة كما فى كباب الحلة واغسليها ٠

٤ ــ افرمى البصل فرما رفيعا ثم حمريه فى السمن حتى يصفر لونه ثم أضيفى اليه قطع اللحم وتقلب وعنــد قرب التحمير أضيفى الثوم ويقلب حتى يتم تحميره ٠

٥ ــ أضيفى الطماطم المصفاة وتترك على نار هادئة حتى يتم تسبيكها فيضاف لها كمية من الماء والملح والفلفل وتترك حتى تغلى وتقرب اللحم من النضج ٠

٦ ــ أضيفى الحمص المسلوق وغطى الاناء واتركيه فوق النار الهادئة حتى يتم النضج ويتسبك الحمص ٠

٧ ــ عند التقديم يغرف فى طبق صينى عميق ويقــدم ســاخنا ٠

كعكة البرتقال

المقــادير :

ربع رطل زبدة ــ ٥ (ملاعق شوربة) سكر ــ ٦ ملاعق شوربة دقيق ــ ٣ بيضات ــ ٢ ملعقة كبيرة عصير برتقال ــ قليل من بشر قشر البرتقال ــ ٢ ملعقة صغيرة خميرة بيكنج باودر ٠

الطريقــة :

١ ــ اضربى الزبدة مع السكر ضربا جيــدا حتى تصير هشة وضعيفة كالريمة ٠

٢ ــ افصلى صفار البيض عن الزلال ثم أضيفى صــفار البيض الى مزيج الزبدة والسكر ٠ واضربيهما جيدا حتى يختلط المزيج ٠

٣ ــ انخلى الدقيق وأضيفى اليه الخميرة ثم يضــاف تدريجيا الى الخليط السابق ثم أضيفى عصير البرتقــال والبشر وامزجى الجميع جيدا ٠

٤ ــ اضربى زلال البيض فى طبق مسطح بالشوكة حتى يصير كالصابون ثم أضيفيه بخفة جيــدا الى العجينة مع تقليبه بخفة ٠

٥ ــ ادهنى صينيتين بالسمن ورشيهما بالدقيــق ثم صبى فيهما العجينة بالتساوى ٠

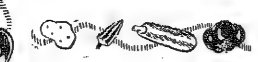
٦ ــ تخبز فى فرن متوســط الحرارة حتى تنضج ثم اتركيهــا تبرد على منخل سلك ثم ضعى الكعكتين فوق بعضهما وبينهما حشو البرتقال الاتى :

١) ضعى على ملاعق الشوربة سكر ناعم جدا مع ١/٢ ٤ أوقية زبدة ويضربا معا ضربا جيدا حتى تصير هشة كالكريمة ثم أضيفى اليها ملعقــة من عصير البرتقال المصفى ونصف ملعقة صغيرة من مبشور قشر البرتقال وامزجى الجميع جيــدا ثم ضعى الحشو بين الكعكتين ٠

٧ ــ ضعى نصف رطل سكر بودرة ناعم جدا منخول مع ٢ ملعقة شوربة عصير برتقال مصفى فى حلة وارفعيه على نار هادئة جدا حتى يتحلل السكر ويصير دافئا بدرجــة خفيفة ويصير سمكه كافيا لتغطية ظهر الملعقة ثم يرفع من على النار ويترك ليهدأ ٠

٨ ــ يصب المخلوط السابق فــوق الكعكة المحشــوة السابقة وتترك حتى تجف حلوى التغطية وعند التقــديم توضع فوق طبق مسطح مفروش بورقة دانتيل وتقــدم للشــاى ٠

طعامك فى فبراير



الاربعاء أول فبراير
سبانخ مكمورة ، أرز مفلفل، مخلل ، فاكهة



الخميس ٢ فبراير
بازلاء خضراء مكمورة ، أرز مفلفل ، سلطة خضــار ، فاكهة



الجمعة ٣ فبراير
كرنب محشــو ، بطاطس مكمور ، سلطة خضــار ، فاكهة



السبت ٤ فبراير
سمك مقلى ، أرز صياديه ، سلطة خضار ، فاكهــة



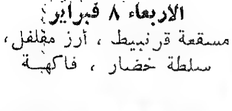
الاحد ٥ فبراير
حمص شــامى باليخنى ، مكرونة ، سلطة طحينــة ، فاكهة



الاثنين ٦ فبراير
حساء العدس، عدس مطبوخ، أرز مفلفل ، سلطة خضــار ، فاكهة



الثلاثاء ٧ فبراير
قلقاس بالخضرة ، لحــم بالدمعة ، أرز مفلفل ، مخلل، فاكهة



الاربعاء ٨ فبراير
مسقعة قرنبيط ، أرز مفلفل، سلطة خضار ، فاكهــة





الخميس ٩ فبراير
فول أخضر مكمــور ، أرز مفلفل، مخلل ، فاكهــة



الجمعة ١٠ فبراير
لحم بالدمعة ، خيــار ، أرز مفلفل ، سلطة طمــاطم ، فاكهة



السبت ١١ فبراير
خرشوف محشــو بالارز ، فاصوليا جافة مكمــورة ، مخلل ، فاكهــة ٠



الاحد ١٢ فبراير
صينية البطاطس بالسمك ــ سلطة خضار ، فاكهة

الاثنين ١٣ فبراير
طعمية ، سلطة طمــاطم ، صينية بطاطة



الثلاثاء ١٤ فبراير
فاصوليا خضراء مكمــورة ، أرز مفلفل ، سلطة بنجر ، فاكهة



الاربعاء ١٥ فبراير
لوبيا جافة بالخضرة ، أرز مفلفل بصلصة الطمــاطم ، سلطة خضار ، فاكهة



نحو جامعة افضل

لقد منح الدستور الجديد المرأة المصرية حق الانتخاب ، واحب بهذه المناسبة ، أن الفت نظر الفتاة الجامعية ، الى المسئولية التى اسندت اليها ، اذ أصبح من حقها الان أن تمارس حقوقها السياسية فعليها أن تحسن استعمال هذه الحقوق، واعتقد أنها قادرة على ذلك لما تتمتع به من قسط وافر من التعليم ونصيب كبير من الثقافة

وعليها أن تعتمد فى ذلك على شخصيتها ، وأن تكون بعيدة عن كل المؤثرات ، وأن تعلم أنها تحمل رسالة الالاف من بنات جنسها اللاتى لم تتح لهن ما أتيح لها من الفرص .

ان ميدان المنافسة اليوم بينها وبين الرجل أصبح قويا ، ولا مجال للقول بأنه يفوقها فى الحقوق .. فعليها أن تثبت وجودها .. فالانظار كلها تتجه اليها . **سمير عبد القادر**

اعرفى زميلتك



- الانسة ثريا علام
- طالبة بقسم الانجليزى بكلية الاداب بجامعة القاهرة
- تهوى الموسيقى وقراءة الادب الانجليزى
- ترى ان تتزوج الفتاة الجامعية بعد التخرج وهذا اذا كانت ترغب فى التوظف
- عضو فى كثير من جمعيات الكلية
- اجتماعية ولها نشاط ملحوظ فى المحيط الجامعى
- أمنيتها أن تطوف حول العالم :

مجالس تأديب للمخدم ؟.

ليس كل الطلبة من ورثة قارون وليسوا كلهم فى ثراء أغا خان ، ومع ذلك لو بحث الطالب عن قوته بوسيلة شريفة ، فان الدكتور مصطفى نظيف مدير جامعة عين شمس ، سيفصله من كليته ، لانه أهان مثالية الجامعة !

فقد نشرت احدى المجلات على لسان الدكتور نظيف انه سوف يقدم الطالب الى مجلس تأديب ، اذا اشتغل خادما أو بائع جرائد ، لان هذا يتنافى مع فكرة الجامعة المثالية .

ولم يتكلم الدكتور عن قسم آخر من الناس ، عددهم كبير ، ومع ذلك فقد حرموا نعمة النبوغ ، وحرموا أيضا ميزة الثراء .. فماذا يفعلون ؟ نرجو أن يكون له بالنسبة لهؤلاء أيضا رأى يحقق لهم التمتع بالعلم دون أن يتعارض مع مثالية الجامعة .

ان فى الدنيا عظماء كثيرين ، بدأوا فى الحضيض ورفعوا رؤوسهم من الوحل والتراب ، ووصلوا الى مراتب سامية ، ولم يقدموا الى مجالس تأديب !؟

أنا شخصيا أحرص على التقاليد والمثالية والكرامة ، ولكنى أفضل الا أظهر وسط الزملاء بحذاء مثقوب أو بسترة مرتوقة .. لذلك بحثت عن العمل حتى وجدته .

م . السنجرى

أسرار الجامعات



من اليمين الانسات نبيلة وفاطمة وزينب وسمير وفائزة فى رحلة القناطر التى نظمها قسم اللغة الانجليزية بكلية الاداب بجامعة القاهرة

❖ رفضت الانسة نبيلة احمد رئيسة فريق الباسكت بكلية الاداب جامعة القاهرة الاشتراك مع شادية فى احد الافلام التى تقوم فيه بدور طالبة جامعية رياضية .

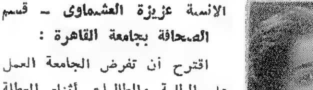
❖ انضمت الى فريق الطيران الآلى بكلية الحقوق الانسات خيرية وايزيس ونادره وعطيات وسوف يقوم معهد مصر للطيران بتدريبهن على قيادة الطائرات .

❖ تنظم كلية التجارة بجامعة القاهرة رحلة الى الكويت فى اجازة نصف السنة وسوف يستضيف أمير الكويت أعضاء الرحلة أثناء اقامتهم هناك .

❖ نظم الاتحاد العام لجامعة القاهرة رحلة لجميع الكليات الى الاقصر وأسوان قيمة الاشتراك فيها خمسون قرشا بمناسبة اقامة مهرجانات الشتاء هناك .

❖ استطاعت بعض الفرق التمثيلية بكليات جامعة القاهرة من اختيار الاستاذ فؤاد المهندس عضوا فى لجنة التحكيم لمسابقة المسرح الجامعى لانه من خريجى كلية التجارة وقد يتحيز عند التحكيم لفرقة كليته .

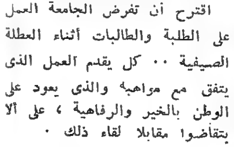
❖ انتهى الطالب حلمى هلال من وضع سيناريو لقصة جامعية ، وسيقوم بأدوار البطولة فيها طلبة وطالبات من الجامعات المصرية .



تظهر تحت هذا العنوان كل شهر الاقتراحات والآراء التى ترد الينا .. وبنت النيل تعلن ترحيبها بكل اقتراح وتتعهد بنشره ما دام فى حدود القانون والنظام .. وترجو ان ترفق بالاقتراحات صور اصحابها لنشرها بجانب اقتراحاتهم ..



الانسة عزيزة العشماوى ــ قسم الصحافة بجامعة القاهرة :



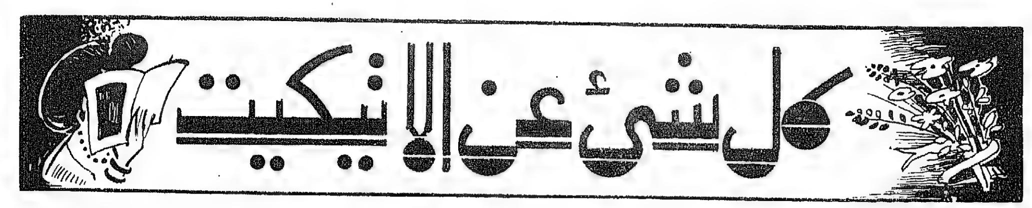
اقترح أن تفرض الجامعة العمل على الطلبة والطالبات أثناء العطلة الصيفية .. كل يقدم العمل الذى يتفق مع مواهبه والذى يعود على الوطن بالخير والرفاهية ، على ألا يتقاضوا مقابلا لقاء ذلك .



الانسة ثريا هليل ــ قسم اللغة العربية بجامعة القاهرة :

اقترح أن تنظم كليات الجامعة مسابقات علمية يشترك فيها الطلبة والطالبات . حتى تستطيع الفتاة أن تثبت مقدرتها على التفوق والنبوغ وتبرهن لزميلتها انها ليست أقل منه كفاءة ؟!


بروكلاكس
بروكلاكس
BROOKLAX
CHOCOLATE LAXATIVE
الشكولاتة الملينة ذات الشهرة العالمية

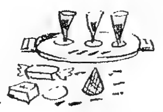


استقبال المهنئين

هـذا خطاب من قارئة بيروتية تزف الينـا فيـه بشرى زواجها وتطلب الينـا أن نرشدهـا الى طريقـة استقبال المهنئين والمهنئات ان جئن بعد الظهـر أو فى السهرة ٠

نهنئها أولا بهذا الـزواج ونرجو لها ولقرينها حيـاة سعيدة ثم نقول لها أن تقـدم أولا الملبس فى البونبونيير ولا بأس من أن يقدم معـه شيء من الليكور ٠ وبعد ذلك بربع ساعة يقدم الشـاى والكيك والبتى فور والجاتو الصغير ٠ وفى استطاعتـك أن تقـدمى نفس هـذه الضيافات فى سـهرة أن أردت الاقتصاد ٠ أمـا ان كانت حالتك المالية تسمـح لك بالانفاق ، فاننا ننصـح بعمل بوفيـه بارد على أن يخطر المهنئون بذلك قبـل حضورهم كى لا يتناولوا فى منازلهم طعام العشاء ٠

كما أنه ليس من الضرورى ابدال الثوب فى السهرة ان كنت قد حرصت على ارتداء ثوب تواليت ٠



فى أعياد الميلاد

ان كنت ذاهبة لمعـايدة شخص كبـير السن بعيد ميلاده ، فلا تقولى له (أتمنى لك حياة طويلة) ، قولى له (أتمنى لك عيدا سعيدا)٠ وان ذهبت لعيادة مريض أو مريضه فى يوم عيد ، فـلا تتمنى لها صحة جيدة قولى لها فقط (عيد سعيد) ٠ ان التهانى بالاعياد مسـألة شكلية بحتـة ويجب ألا تمس الواقع من قريب ٠



جارتك

الشارع يفصل بينك وبين جارتك ٠ ولـكن ان أردت ففى أستطاعتك من نافذتك أن ترى كل شقتها ٠ ولكن هذا الفضول يصبح قلـة أدب ان حاولت أن تتبعى جميع حركاتها وسكناتها ٠ أنظرى من نافذتك الى شارع ولكن لا تتطلعى الى بيـوت الجيران ٠



فى السيارة

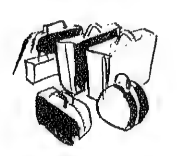
ان كنت تقودين سـيارة وكان فى صحبتك عدد من النـاس ، جلس ضيف الشرف الى يمينك بطبيعـة الحال ٠ ولكن يحـدث أن يشعر الجالسون فى المقاعد الخلفية بالدوار ٠ ففى هذه الحالة يتحتـم على ضيف الشرف أن يتخلى عن مكانـه فى المقعـد الامامى الى الصديق أو الصديقـة التى ينتابها دوار الطريق ٠

أما ان كنت فى عربـة قطار فلا تفتحى النافذة أو تغلقيها الا ان اسـتأذنت المسافرين معـك فى نفس الصالون ٠ وان كنت راكبة سيارة أو أوتوبيس أو ترام فلا تتكلمى مع السائق ٠



السفر

لا تحمـلى معك حـين تسافرين أكثر من حقيبـة واحدة ٠ وان كنت مضطرة الى أخذ أكثر من حقيبـة فاننا ننصح بأن تشحنيهـا بالسـكة الحديدية ٠ ان حقائبك الكثيرة تضايـق المسافرين وقد تكون سببـا فى وقوع بعض الحـوادث الاليمة ٠ لا تضعى حوائجك على المقاعد ٠ ان عملك هذا يضايق من رماه حظه التعس بأن يكون فى صحبتك ٠





لا تضيع وقتك فى البحث عن المراة التى لا يملها الرجل .. فهى الحلم الذى اضاع الرجال اعمارهم فيه .. لسبب بسيط .. هو ان الملل شيء موجود فى طبيعة كل رجل نحو كل شيء يحصل عليه !!

✪

المراة اللعوب تكسب المعركة الاولى .. والمرأة الفاضلة تكسب المعركة الاخيرة !!

اكثر قصص الحب تتكون من مجموعة نظرات تبدأ وتنتهى هكذا

تكون النظرة الاولى .. نظرة اعجاب .. والثانية نظرة فضول .. والثالثة نظرة تساؤل .. والرابعة نظرة حنان .. والخامسة نظرة هيام .. والسادسة نظرة قلق .. والسابعة نظرة خوف .. والثامنة نظرة شك .. وتكون النظرة الاخيرة .. نظرة حقد !!

✪

لان المرأة تحب الحب .. فهى تفضل دائما الرجل الذى يجيد فنونه !

✪

الحب الحقيقى لا يموت فى قلب المحبين .. انه فقط يحتاج لاجازة سنوية تعيد اليه شبابه كلما تقدم به العمر ؟

لا تشغل بالك كثيرا بالبحث عن سر المرأة فالسر الوحيد الذى لا يعلمه الرجل .. هو ان المرأة لا سر لها ؟

✪

لا يستطيع الشك ان يصل الى قلب انسان محب .. الا من على اشلاء نفسه بنفسه !

✪

قال لها ان كبرياءك هى وحدها التى تحول دون التقائنا ؟

فقالت له : انك تستطيع ان ترضى بها .. لو علمت انها هى ايضا التى تصد عن باقى الرجال !

✪

الرجل الذى يعطى الفرصة لامرأته لتجرب نوعا غيره من الرجال .. والمرأة التى تعطى الفرصة لرجلها ليجرب غيرها من النساء .. كلاهما يعطى لنفسه الفرصة لتوقيع وثيقة انتحاره بيده !

الرجل الذى يبيح لنفسه من الحريات ما يحرمه على امرأته .. لا يلبث ان يشكو حرمانه من الحريات التى تبيحها امرأته لنفسها !

✪

فى الصداقة من الحب ما هو اخلد من الحب ذاته .. وقد يذهب الحب يوما .. وقد يتحطم الزواج وتظل الصداقة هى الباقية!

✪

اضاع الباحثون الاجتماعيون اعمارهم بحثا عن اسباب الطلاق . ونسوا ان السبب الوحيد للطلاق .. هو الزواج !

✪

هناك مثل عربى يقول : فضل حصانك على امرأتك لانه لو فرت امرأتك استطعت اللحاق بها بفضل حصانك ولكن ان فر حصانك فانك لا تستطيع اللحاق به !

عيد الأسرة

ليس شك فى أن الاسرة السليمة المترابطة هى دعامة المجتمع السليم الناهض ، ودولة تضم مجتمعا سليما ناهضا هى بطبيعة الحال دولة قوية ناهضة خالدة .

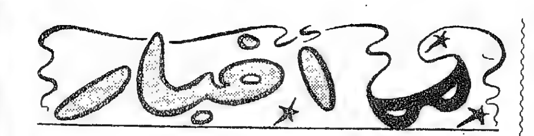
والمرأة المصرية ، اذ تقدر ما للاسرة السليمة المترابطة من مكانة فى المجتمع وتدرك ما للاسرة الواعية من أهمية كبرى فى نهضة الشعوب وتقدم الدول ، ترى ان ما نص عليه الدستور من أن الاسرة أساس المجتمع وجعل كيانها حجر الزاوية منه والنقطة التى تتركز فيها جميع مقومات هذا المجتمع خطوة حاسمة فى تاريخ البلاد ..

لم يكتف واضعو الدستور بذلك، بل ضمنوه النص على أن الدولة تكفل دعم الاسرة وحماية الامومة والطفولة ، وان تيسر للمرأة التوفيق بين عملها فى المجتمع وواجباتها فى الاسرة ، وان تحمى الدولة النشء من الاستغلال وتقيه الاهمال الادبى والجسمانى والروحى ، وان للمصريين الحق فى المعونة فى حالة الشيخوخة والمرض والعجز عن العمل ، وان للمنازل حرمة فلا يجوز مراقبتها ولا دخولها الا فى الاحوال التى بينها القانون .



وبهذه المناسبة لم لا تفكر سيداتنا فى تخصيص يوم تجعله عيدا للاسرة تحتفل به فى كل عام تؤكد فيه المكانة التى تشغلها الاسرة فى المجتمع ويذكرنا بما على افراد الاسرة الواحدة من واجبات ، نحو الوطن ونحو بعضهم البعض واجبات لا بد من ادائها كاملة غير منقوصة حتى نتمتع بحياة افضل فى عشنا الصغير ، عش الاسرة ، وفى عشنا الكبير ، الوطن الحبيب .

« ح »







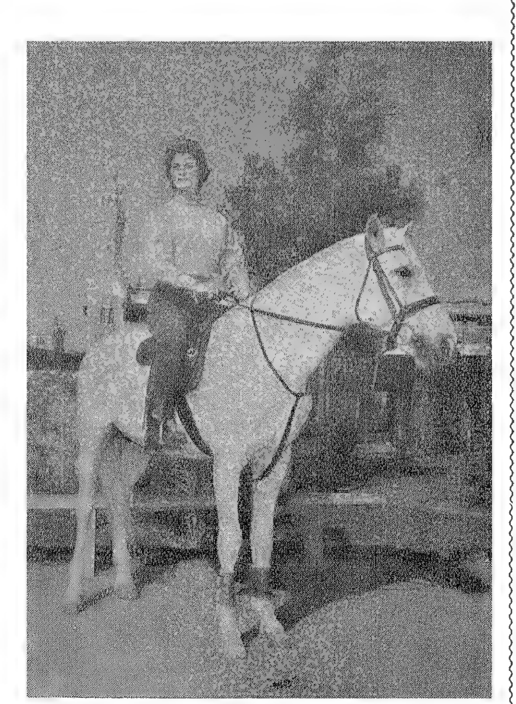
أم كلثوم
دليلى احتار

حسين رياض
مرة ثانية

جينا لولو
عيد ميلاد

◆ نظرا لنجاح أغنية الموسم « دليلى احتار » للشاعر احمد رامى وموسيقى رياض السنباطى ، تعيد أم كلثوم غناءها فى سهرة الاذاعة مساء الخميس المقبل من مسرح الازبكية .

◆ **عادت الى هوليود اخيرا انجريد برجمان بعد مدة طويلة ، حيث تركت زوجها المخرج الايطالي واطفالها منه فى روما .. للبدء فى تصوير فيلم لاستديوهات جولدوين ماير من بطولتها .**



فارسة جميلة ... وجواد أصيل !..



عبادة

* * *

◆ باشر الاستاذ عبدالرحمن صدقى مراقب الشئون الفنية نشاطه الفنى بوزارة الارشاد ودار الاوبرا بعد عودة من رحلة فى أمريكا والتى استغرقت ثلاثة أشهر ونصف .

◆ **تعاقد حسين رياض مع احدى الشركات السينمائية للظهور فى فيلم بطولة يوسف وهبى ، وهذه هى المرة الثانية التى يظهران فيها معا بعد فيلم « أولاد الذوات »**

◆ قدم بعض أعضاء اللجنة العليا للمسرح الجامعى استقالتهم من عضوية اللجنة لاسباب كثيرة ، منها تدخل موظف كبير بالجامعة فى أعمال اللجنة بدون حق .

وينتظر أن تؤجل لهذه الاسباب مسابقة المسرح الجامعى هذا العام .

◆ **أمضت الممثلة الايطالية جينا لولو بريجيدا سهرة عيد ميلادها فى احد ملاهى باريس ، وقد اضطرها رواد الملهى الى الغناء والرقص حتى صباح يوم الميلاد .**

◆ يمتد موسم فرقة الاوركسترا القومية للموسيقى السيمفونية خمسة أسابيع أخرى تقوم الفرقة بالعزف فيها مجانا فى صالة الدستور بوشنطن احتفاء بطلبة المدارس والجامعات .

◆ **تذاع فى خلال فبراير الحالى من متحف الفنون بنيويورك اذاعات تليفزيونية ، وقد اتفق على انشاء هذه المحطة ١٠٠٫٠٠٠ دولار لامكان اذاعة برامج اسبوعية .**

◆ ينتظر ان تجتمع فى الاسبوع القادم لجنة الصحافة الجامعية للنظر فى نتيجة مسابقة صحف كليات جامعة القاهرة عن العام الماضى ولتنظيم مسابقة هذا العام بين الجامعات الثلاث .

المرأة بين الشعراء والناس

للأستاذ ثروت أباظة المحامى

يحاول الرجال ان يتظرفوا والمجال أمامهم واسع والصحف بين أيديهم يملأونها بما شاء لهم ظرفهم من نكات تنال من الجنس اللطيف حتى لقد استطاعوا ان يقروا فى الاذهان ان المرأة ثرثارة بطبيعتها ، والواقع أنهم يضيقون بحديثها لانه يقطع عليهم ان يكملوا حديثهم ويمنعهم أن يتحدثوا بما فعلوا من جلائل الاعمال او مما يتخيلونه جلائل الاعمال .

ويؤسفنى ان اجد هذا الجيل من الرجال ينال من المرأة هذا النيل بينما كان الشعراء من العرب يتلطفون لها ويرون كل ما يصدر عنها حلوا سائغا .

وندعى نحن أبناء هذا الجيل أننا أبناء تحضر ومدنية ونرمى الاوائل من العرب بأنهم ابناء صحراء وجفاء .

تعودنا أن نأخذ على المرأة فى أيامنا هذه خلفها للوعد، وصدها للحبيب ، وهجرها له اياما قد تقسو فتجعلها اسابيع .. اذن فاسمع جميل بثينه يقول :

وانى لراض من بثينة بالذى
لو ابصره الواشى لقرت بلابله

بلا ، وبألا أستطيع وبالمنى
وبالامل المرجو قد خاب آمله

وبالنظرة العجلى، وبالعام تنقضى
أواخره لا نلتقى وأوائله

ويسمع اليه المدعون بثرثرة المرأة وكثرة كلامها ليسمعوا اليه وهو يهفو الى الحديث من حبيبته ... أى حديث فهو يقول :

من الخفرات البيض ود جليسها
اذا ما انقضت أحدوثة لو تعيدها

ونجد بين الشباب هؤلاء الاولين المتقلبين ، يغضبون فما أسرع ما يغضبون وينصرفون عن حبهم سراعا خفافا كأنهم لم يكونوا فى يوم أنضاء هوى ولا ابناء صبابة .. أريد أن أرى وجوههم حين يقرأون قول شاعر قديم نسى التاريخ اسمه ، أو نسيه على الاقل الكتاب الذى قرأت فيه هذه الابيات

شكوت فقالت كل هذا تبرما
بحبى أراح الله قلبك من حبى

فلما كتمت الحب قالت لشد ما
صبرت وما هذا بفعل شجى القلب

وادنو فتقصينى فابعد طالبا
رضاها فتعتد التباعد من ذنبى

فشكواى تؤذيها وصدى يسوءها
وتجزع من بعدى وتفزع من قربى

ولعلنا لا نحتاج الى هذه الرحلة الطويلة خلال العصور الماضية فان شوقى الخالد له فى الغزل أبيات تريك كيف كانت المرأة محل احترام أصيل نابع من القلب والشعور وليس احتراما مظهريا يتمثل فى انحناءة سخيفة أو تقبيل ليد أو تأخر فى طريق . ونرى فى هذه الابيات لشوقى احتفائه بالمرأة ومدى ما يجمل بأهل الهوى أن يتحلوا به من الصبر يقول :

دخل الكنيسة فارتقبت فلم يطل
فاتيت دون طريقه فزحمته

فازور غضبانا وأعرض نافرا
حال من الغيد الملاح عرفته

فصرفت تلعابى الى أترابه
وزعمتهن لبانتى فاغرته

فمشى الى وليس أول جوذر
وقعت عليه حبائلى فقنصته

قد جاء من سحر الجفون فصادنى
واتيت من سحر البيان فصدته

اننا جيل مادى ، عنيف فى ماديته ، نميل الى الهوى — ان ملنا — بلا روح ولا عاطفة ولا قلب ، فلا صبر عندنا نصبر به على دلال الهوى ولا حب لدينا نستقبل به عطف المحب ، انما نحن سراع ، سراع نريد ان نفرغ من مأمورية لنلتفت الى غيرها ، وبعد فهل فى هذا خير ، أم ان الاولين كانوا أعلم بالخير منا . نحن الشرقيين نقول لا خير فى حياة بلا روح ولكننا مع هذا ننزل عن هذه الروح يوما بعد يوم وساعة بعد ساعة . وبنو الغرب وعلى رأسهم أمريكا يقولون لا نعترف فى هذه الحياة بغير المادة والذهب والدولار والعمل بغير روح ولا خيال ، ولكن كتابهم من قصاصين وعلماء يقولون ان حياة بلا روح ولا خيال هى الموت بل هى شر من الموت ..

والعالم بين الشرق والغرب قلق المستقر متوفز المقام ولكن لا سبيل له الا ان يظل على قلقه حتى يقضى الله أمرا كان مفعولا .

ثروت أباظه
المحامى



صوفيا لورين

ارشق فاتنات الشاشة ..

أسماء الفائزات بهدايا بنت النيل

الفائزات بقلم احمر شفاه :

فاز بقلم احمر شفاه كل من السيدات والانسات :

فوزية فهمى عبد الملاك بشبرا مصر – انصاف ابراهيم بشبرا مصر – سوزان صدقى بشبرا مصر – روحية فهمى عبد الملاك بشبرا مصر – ناهد مدكور بعابدين – فاطمة طه بروض الفرج – نازك مدكور بمصر – فايزة عبد الصمد بقليوب البلد – سنية محمد بشبرا مصر – زهيه شارو بيم بعابدين – نازلى ابراهيم بحدائق شبرا – عزيزة المصرى بمصر الجديدة – فكرية احمد بسيدنا الحسين – احكام سلمان بباب الخلق – ماجده حسيب بالمعادى – ايجيت عقاد بالقاهرة – سميرة محمد بالظاهر – نوال النجار بالظاهر – صفية احمد حسين بالجيزة – نادية عبد العظيم بحدائق القبة – فردى الجندى بمصر الجديدة – عصمت أبو طالب بالحلمية – عليه حجازى بشبرا مصر – هانم محمد محمد الخياط بمنيل الروضة – ممدوحة عبد العزيز بالجيزة – فوقية احمد بمنشية الصدر – ايفيث انسى راتب بحلوان – ايدا شفيق بمصر سومه أبو النور بالاسكندرية – حرم محمد مصطفى النيلى ببورفؤاد سعاد الشريف بالاسكندرية – ميمى محمد عاشور برشيد – نجيلة عبد الوهاب بفارسكور – بهيجة ابو العينين بفاقوس شرقية – سعاد حافظ بالاسكندرية – حرم الاستاذ هاشم فائق ببنها – حرم ابراهيم حسين شوكت بأبو قرقاص – فريال السيد العادل بدسوق عليه شاكر بالفيوم – اسمت السنيلى بالاسكندرية – حرم محمد حجاج ببور سعيد – حرم الصاغ ثابت الياس ببوش – كوثر الفيومى بلقينا – أمال القصاص بالعريش – سناء السحرى بزفتى – تهانى يوحنا ببهناى – حرم البير عبد الله بالظاهر – حرم عبد المنعم مأمون بالظاهر – حرم محمد شلبى بمصر الجديدة .

الفائزات بزجاجة منكير :

وفاز بزجاجة منكير كل من السيدات والانسات :

نبيلة زاخر بابوقرقاص – انصاف محمد بمنوف – عطيات محمد بكفر الشيخ – فوزية عبد القادر بأبو قرقاص – لنده قلدس بالفيوم – ضاوية صقر بالاسكندرية – وفيقة البنا بالمحلة الكبرى – سهير شريف بصهرجت الكبرى – حرم محمد الصبان بالاسكندرية – سميره عبده بالاسكندرية – وداد نوار بالاسكندرية – فكرية العشرى ببيلا ايزيس حنا بأسيوط – فوزية سعد الدين بميت الديبة – سامية نجم بالاسكندرية – حرم لطفى منصور بالاسكندرية – بولس جرجس بالمنيا عائشة الجبيلى بالاسكندرية – حرم لبيب عثمان بأسوان – حرم محمد الشنقيرى بمنوف – فوقية سلام بالاسكندرية – حرم يحيى عثمان بأبو حماد – عليه شليانه بالمنزلة – كوكب عبد الرحيم بأسيوط –

(البقية ص ٩٢)

كل جديد عن السينما





عهد الفروسية وعهد الهوى

من سجلات التاريخ المطوية يستخلص الكاتب الشهير سير والتر سكوت قصة مغامرات رائعة هي قصة « كوينتن ديروارد » التي تقدمها متروجولدوين ماير هذا الموسم باسم « عهد الفروسية »

ولعل هذه القصة التي كتبها المؤلف الكبير من أجمل وأمتع ما أخرجه الى جماهير القراء فهي تروى نبأ الصراع الضخم الذى نشب بين ملك فرنسا لويس الحادى عشر ودوق بورجندى وكيف وصل هذا الصراع بينهما الى حد الموت . ولعل أجمل ما في القصة هي المعارك الرائعة التى كان سير والترسكوت يديرها ببراعة بين فرسانه المدرعين فى زمن لم يكن البارود قد اكتشف بعدوحين كان الصراع يقوم بالسيوف والحراب والجياد المكسوه بالدروع فى كل جزء من اجزاء جسدها .

ان الجو الحماسى الذى تثيره هذه القصة يزداد حين تقدمه السينما فى هذا الاطار الرائع من الاخراج المتقن الذى لا يسع الانسان الا أن يعترف ازاءه بأن السينما متعة الحياة بل هى معجزة القرن العشرين .

الحب على الطريقة الشرقية

قصص ألف ليلة يعرفها الجميع . يعرفون أبطالها جيدا يعرفون الخليفة والوزير والعبد والجارية والتاجر النصاب .

وتحفل مثل هذه القصص بالمواقف المضحكة وحين تأتى السينما لتقدم الى الجماهير مثل هذا اللون تراها تحرص على تقديمه فى ثوب بهيج من الالوان والاخراج الفخم . تقصد من وراء هذا ان تخلق أمام الجماهير جوا من البذخ الذى يعرفه الناس عن سلاطين ألف ليلة وليلة . ولونا من الترف لمسوه وعرفوه فى هذه القصص .

وقد حرصت متروجلدوين ماير على أن تلجأ الى « ألف ليلة وليلة » تستوحى من حوادثها قصة « قسمة » التى تقدمها فى ثوب رائع من الالوان والسينماسكوب وذلك فى فيلم بهذا الاسم أعدته لهذا الموسم .

الفيلم ابطاله ثلاثة، الخليفة «فيك دامون» والوزير ثم الحسناء « مارسينيا » ويلعب الثلاثة ادوارهم فى هذه القصة الفكهة المرحة مقدمين لعشاق ألف ليلة وليلة أجمل ما فى هذه القصص من غرام ومغامرة ودسائس .

مصيدة الزواج

هل الزواج متعة كما يشيع المتفائلون أم هو تاج على رؤوس العزاب لا يراه الا المتزوجون ..

قد تختلف الاراء عن الزواج ..

والحقيقة فى الامر ان الزواج مصيدة أو هكذا يعتقد فرانك سيناترا .

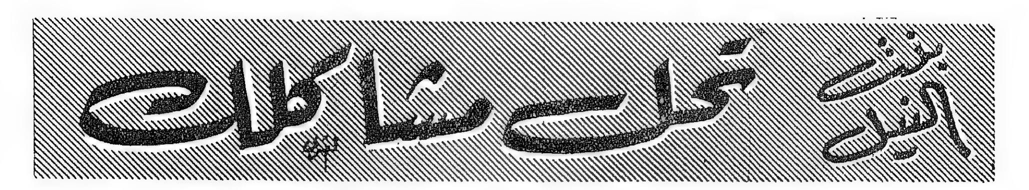
فرانك سيناترا فى فيلم « اغراء » الذى تقدمه هذا الموسم متروجولدوين ماير يقترح اطلاق اسم « المصيدة الحنون » على عملية الزواج

الزواج فى نظره مصيدة ولكنها مصيدة غير قاسية . سجن ولكنه بغير قيود وفى فيلم «اغراء» نراه يهز كتفيه لعروض الزواج التى تنهال عليه بحكم عمله كمتعهد لنجوم المسرح والسينما

عشرات من بنات حواء يأتين إليه متقربات يرغبن فى العمل معه وكل واحدة منهن تحلم بالظفر بقلبه يوما . ويقف هو كالصخرة الشامخة يرد أمواج الاغراء حتى يقع أخيرا فى الفخ فتصطاده « ديبى رينولدز » ينتهى مصيره الى الزواج الذى يراه بعض الناس متعة ويراه الاخرون تاجا على رؤوس الاصحاء، أقصد العزاب .

◆ قضت مارلين مونرو سنة فى مفاوضات مع شركة السينما التى تعمل فيها . وكان من نتيجة هذه المفاوضات الطويلة التى امتنعت خلالها الممثلة الحسناء عن الظهور فى أى فيلم ، أن برزت عدة ممثلات ثانويات مثل جين كولنز ومارلا انجلش التى لعبت فى « رمال الصحراء »

◆ ما زالت الافلام الامريكية سيدة الموقف على الرغم من المنافسة الشديدة التى تلقاها من الاستوديوهات الانجليزية والايطالية . ويقال ان فرنسا ستعود ثانية الى الميدان بانتاج عالى ضخم .



حب .. بالتليفون

تم تعارفى به عن طريق التليفون . فقد كان بحكم عمله كموظف فى محل أبى التجارى .. يتولى تحويل الخط التليفونى الذى يربط بين البيت والمحل بتوصيله وكلما رفعت السماعة كان يسرى صوته الرقيق الحنون الى أذنى فيلهب مشاعرى .. وبمرور الايام تضاعف اهتمام كل منا بالاخر ... وكثيرا ما لاحظت أنه يخصنى بالذات من بين اخواتى .. باهتمامه ووده .. ولكنى رغم شعورى نحوه .. كنت أحاول تجاهل اهتمامه بى متضنعة عدم الفهم ..

وأخيرا جاء اليوم الذى



كنت ما زلت طالبا بالثانوى .. حينما أصر أبى على تزويجى من احدى فتيات العائلة ... من باب حماية أخلاقى من اندفاعات الشباب ... ولم أكن استطيع وقتها مناقشة والدى فى أوامره ... وهكذا أصبحت زوجا .. بأمر من السيد الوالد ...

واليوم .. وبعد مضى اثنى عشر عاما .. على زواجى وبعد ان أصبحت أبا لطفلين ..

اليوم وبعد أن نضج تفكيرى .. واستقلت شخصيتى وارادتى .. اكتشفت انى لا أستطيع مواصلة حياتى الزوجية مع زوجة لم أحببها قط ولم يفارقنى شعورى بأنها قد فرضت على حياتى .. لقد تعقدت نفسيتى من نحوها الى حد جعلنى أهرب من البيت ومنها .. ومن أولادى .. ويزيد فى حقدى عليها وعلى حظى أنه يوجد أمامى فتاة مثقفة تحبنى كل الحب وتغمرنى بحنانها ورعايتها بلا غرض ولا طمع من الزواج منها .. انها تقدر ما تعطينى من سلوى وحنو .. بقدر ما تزيد من احساسى بتعاستى فى حياتى الزوجية . لقد فكرت فى الانفصال عن زوجتى .. ولكن الشجاعة تنقصنى .. فهل تأخذين بيدى وتمنحيننى الشجاعة على وضع حد لشقائى المبرح ؟

محمد ـ القاهرة

« بنت النيل » : ان قصتك هذه التى تراها مأساة دامية .. اراها انا واحدة من قصص الجريمة الاجتماعية التى تمثل كل يوم فى حياتنا وتنعكس فيها جريمة تدخل الوالدين فى زواج أولادهم وجريمة

على التكلم .. ابدئى كلامك معه هو .. فان تقارب سنكما يجعل تفاهمكما أقرب.. قولى له بصراحة انك تعلمين انه يحب فتاة اخرى .. وانك لا تقبلين تحطيم قلبه .. لانك اقرب انسان اليه .. لانك تعدين نفسك اخته .. واكبر ظنى .. انه سيتلقف هذه الفرصة للتعاون معك فى اقناع والديكما بترك هذا المشروع ومنح كل منكما حق اختيار شريك حياته بنفسه .

تحضر .. وجمود

آنا جامعية تخرجت هذا العام بدرجه تفوق ثم وقع على الاختيار أخيرا للاشتراك فى بعثة دراسية علمية ستسافر الى بلد أوربى .. وبينما انا استعد للسفر والدنيا تكاد لا تسعنى من الفرح .. اذ بخطيبى يعلن ثورته علي ويهدد بفسخ خطوبتنا لو اننى تحديت رغبته وسافرت الى أوربا .. لقد بذلت كل جهد مستطاع لاقناعه بالفائدة التى ستتحقق لمستقبلى من وراء هذه البعثة ولكنه يقول انه يريد زوجة تتولى شئون بيته .. ولا يعنيه ان تكون ربة بيته حاصلة على دكتوراه أو خريجة جامعات اوربية .. اننى احبه ولا احتمل الانفصال عنه ولكننى كفتاة مثقفة لا أقبل تحكمه فى مستقبلى على هذه الصورة الرجعية .. اننى احتكم الى بنت النيل لتختار لى الطريق الذى يحفظ على سعادتى .. وشخصيتى

سامية – بالمعادى



«بنت النيل» الواقع ان اختيارك لبعثة دراسية بالخارج تعد فرصة ذهبية بالنسبة لمستقبلك لااستطيع ان اشير عليك بالتخلى عنها واما بالنسبة لخطيبك .. فاننى لا أتفاءل بمستقبلك معه حتى لو حدث ان ضحيت بمستقبلك من اجله ... فان رايه فى الزوجة التى يريدها .. يدل على جمود عقليته او على الاقل انه يخالفك فى نظرتك الى الحياة باعتبارك فتاة مثقفة طموحة تتحدث عن شخصيتها كثيرا .. لتكن اذا مسألة سفرك هى الاختبار الواقعى الاول الذى تختبرين به تقديره للامور وثقته فيك واهتمامه بمستقبلك .. فاذا وافق على سفرك .. فهو يستحق ان يكون زوجك .. واذا أصر على موقفه فانه يكون الجانى على نفسه .

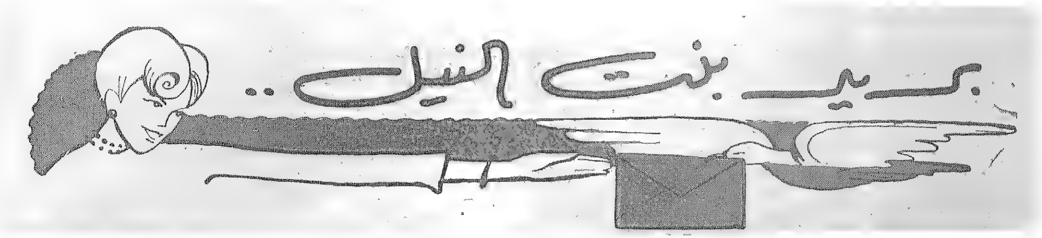
لا .. لست مغفلا .

كنت اراها ملاكا ترك السماء ونزل الى الارض لينشر حوله نور البراءة والطهارة وتزوجتها وانا احسد نفسى عليها .. وفى ليلة الزفاف .. اكتشفت اننى كنت اكبر مغفل حينما وثقت فى عفتها .. لقد كانت صدمتى كبيرة الى حد جعلنى اقسو عليها وارفض الاستماع الى دفاعها عن نفسها ... وتطليقها كما طلبت منى .. كنت اريد ان اجعلها تدفع ثمن خداعى فأخذت أذلها ليل نهار .. وتحملتنى صابرة على أمل اقناعى بأنها لم تفقد عذريتها عن طريق الاستهتار .. بل فقدتها فى ظل العقد الشرعى الذى كان يربطها بابن عمها قبل ان تطلق منه من غير زفاف .. ثم يعقد عليها لى .

ان كل شىء فيها ... وفى تصرفاتها معى منذ زواجها تؤكد طهارة روحها وخلقها العالى حتى أننى بدأت أميل الى الرفق بها .. فهل اكون مغفلا .. لو اننى قبلت عذرها .. وسامحتها ؟

زوج تعس

«بنت النيل» : لقد كررت استعمالك لكلمة التفضيل اكثر من مرة .. وهذا كما اظن يحلل نفسيتك فانت بعقلك تصدق براءتها .. وانت بقلبك تحبها .. ولكنك تخشى ان يحط غفرانك لها من قدر بداهتك فى عين نفسك وعينها .. وهذا نوع من مركب النقص لا يحسه غير ضعفاء الشخصية ... فالمفروض ان الغفران لا يصدر الا من الاقوياء أصحاب العقول الناضجة والمعنويات العالية ... وأنا ارى ان قصة زوجتك لا شبهة فيها .. فاذا كنت واثقا انه قد سبق عقد قرانها على زوج اخر قبلك .. فليس من حقك ان تحاسبها على تصرفاتها عن الفترة التى كانت فيها فى ذمة رجل اخر شرعا .. اعقل ولا تحطم بيتك وسعادتك .



يرد على الاسئلة الدكتور ابراهيم عازر



السيدة ف. م :

تشكو من بقع سوداء . هذه البقع السوداء ناتجة عن الكبد وافراز المبيضين وهذان العضوان يحالان للفحص لتقرير العلاج .. فزوال البقع بالعلاج يتم بعد فترة طويلة من العلاج .

سيدة حائرة :

بنت سنها ١١ حجمها صغير وقصيرة القامة نحيلة الجسم .. علاجها اخذ حقن Pancelvin Lilly سنتيمتر واحد في العضل يوميا مع حقن Colloisal Calcuirm ٢ سنتيمتر في العضل يوميا .

م.ع. بالدقهلية :

في الثامنة عشر وتشكو من عدم اكتمال انوثتها وتسأل اذا كانت المفتقة مفيدة لحالتها . اتركى مسألة المفتقة وخذى Capsules Viterra Pfeizer قرص قبل الاكل ٣ مرات يوميا مع Bioferrin Hoeclist نصف ملعقة كبيرة بعد الاكل ٣ مرات يوميا

المعذبة سوزان ـ المنيا :

تشكو من حالة هرش شديد في موضع حساس بجسمها . استعملي المطهر Supersan Boots ملعقة صغيرة على ماء دافىء ٣ مرات يوميا وخذى حبوب Capsules Bristacline قرص كل ٦ ساعات ٤ مرات يوميا ليلا ونهارا علبتين أو ثلاثة حتى الشفاء .

سيناء . م :

اذا صح كلامك فيكون الغشاء من النوع الغربالي الواسع ويظهر كانه غير موجود وهو لا علاقة له بالحمل ويستحسن تحليل المادة المنوية للزوج لمعرفة عدد الحيوانات المنوية عنده وقوة حيويتها ويتم هذا في معمل تحاليل ونفاذ بالنتيجة .

المعذبة ف.س.ر. بني سويف :

تشكو من نزول سائل لزج من الرحم ذو رائحة كريهة . اعملى غسيل من الخارج في موضع نزول الافرازات بماء دافىء عليه ملعقة صغيرة من Superson Boats مرتين أو ثلاثة يوميا وتناولى حبوب Capsules Bristacline قرص واحد كل ٦ ساعات ٤مرات يوميا ليلا ونهاراوبالساعة واستمرى في تناول ٢ او ٣ علب حتى الشفاء



ليلى ـ زمالك :

تشكو من اصفرار اسنانها ـ اضيفي ماء اوكسيجين على بعض الماء الدافىء واعملي غرغرة مع دعك اسنانك .

ر. ر. ك :

اتصلى باجزاخانات دلمار أو كاليسكر تجدى فيه هذا الدواء Plasto-Scin

يائسة بطنطا :

العلاج المفيد لتكبير الثديين هو استعمال Plasto-Scin وتجدينه في الاجزاخانات الكبرى بالقاهرة فقط .

ن. م. س. الزعفران :

احسن طريقة لفرد الشعر الاكرت هي عمل برمانَنت Défrisable

ع. ح. ن ـ دمنهور :

استعملى الكهرباء لازالة الشعر من وجهك كما اشار عليك الطبيب وهي ليست مضرة بالجلد ولا تؤثر فيه .

نوال ٠ ا٠ طنطا :
هذه الحبوب طبيعية بالنسبة لسنك ويلزم لازالته تناول بعض الحبوب لتنظيم الدورة الشهرية ٠ تناولى أقراص تحتوى على مانيزيا وكبريت عامود بودرة ٠ ويستطيع اى صيدلى تحضير هذا الخليط بالصيدلية وتناولى هذه الاقراص فى حدود ١٠ أقراص فقط ٠

ف٠ م٠ الفشن :
لصباغة شعرك استعملى صبغة اوريال حسب اللون الذى تريدينه٠ فهو اثبت صبغة ولا تؤثر على الشعر ونموه ٠

ثريا حسن احمد :
الرجا ارسال خطاب واضح باسئلتك ٠

بين المحررة والقارئات

ام حائرة بالسويس :
تقول ان عندها ـ ابنة عمرها عشر سنوات ولم تجر لها عملية الختان حتى الان وتسأل هل الاصح ان تبادر باجراء هذه العملية للفتاة ٠٠ أم تتركها بلا ختان ؟

المحررة : لقد أثبت الطب الحديث ان ختان الفتيات يؤثر فى مستقبل أنوثتهن وعلاقتهن الزوجية ٠٠ تأثيرا سيئا ٠٠ وما دامت ابنتك وصلت الى هذا السن بلا ختان ٠٠ فلا مانع من تركها هكذا ٠٠

دكتورة هدايت ـ بالاسكندرية :
تطلب مساعدتنا فى استيضاح اسباب تأخر استدعائها لاستلام العمل كطبيبة اسنان حتى الان بعد ان تم تقديمها مسوغات التعيين ونجاحها فى كشف القمسيون الطبى ٠٠ ووعدها باستدعائها للعمل ٠

المحررة : حولنا شكواك على المختصين بوزارة الصحة ٠ وفى انتظار الافادة ٠ وسنكتب لك بمجرد وصولها ٠

انسة رشيدة حسن ـ مصر الجديدة:
تقول ان لدى شقيقتها مجموعة كاملة من مجلة بنت النيل وتنقصها بعض الاعداد وتسأل هل يمكن ارسالها لها ؟

المحررة : توجد هذه الاعداد بادارة المجلة ويمكنك طلبها نظير مائة مليم عن كل نسخه ٠

شئون المنزل

السيدة سميرة ٠ ف٠ منيا القمح :
فستان وقع عليه شراب مانجو ٠ يوضع مكان البقعة على قماش سميك ثم يغسل مكان البقعة بماء غزير ثم يجفف ويترك ليجف تماما ٠ وحذار من كيه والبقعة مبتلة كما يمكن غسل الفستان بالطريقة الصحيحة ثم شطفه بوضع قليل من السبرتو الابيض فى ماء الشطف ليعطيه اللمعان المطلوب ٠

القارئة الدائمة م٠ح٠١ :
ما هو الاحدث والافضل لسرير العروسة هل هو طقم السرير أم تعليق تابلوه جميل فقط ٠ الافضل هو طقم السرير لانه يعطى بهجة للحجرة ويستحسن ان يكون من المركزيت المشجر من لون واحد ٠

سعاد احمد ـ بريد العدوة :
تريد أشكالا مختلفة لغرز التريكو ٠٠ اننا ننشر ونشرح غرز التريكو فى المجلة شهريا واذا اتبعت ما ننشره بانتظام تحصلين على ما تريدين اما كتاب التريكو الذى ترغبينه فهو كتاب فن التريكو لهناء مصطفى ٠

سمية ٠ قويسنا :
تريد نشر فستان تريكو لطفلة عمرها سنتين ٠ سننشر لك فستان التريكو فى عدد قادم قريب ٠

الاجابة الصحيحة

١ ـ ١٢ سنه
٢ ـ فى جنوب افريقيا
٣ ـ هضبة الدكن
٤ ـ صحراء ثار شمالى غرب شبه الجزيرة ٠
٥ ـ المنبوذين



المرأة المصرية أصلح لوظائف السكرتيرية من الرجال

أتوقع تفوق النساء في مسابقة « الآلة الكاتبة »

حديث للأستاذ بهير انسى نائب مدير البنك البلجيكي بمصر

عندما سمعت عن تنظيم مسابقة لبطولة الكتابة على الالة الكاتبة بمصر ، ولاهمية هذا الموضوع ، بالنسبة للعنصر النسائى خاصة فقد اسرعت للحصول على حديث من منظمى هذه المسابقة .

وقد توجهنا الى السيد الاستاذ محمود بهير انسى نائب مدير البنك البلجيكى والدولى بمصر المشرف على هذه العملية وبسؤاله أوضح لنا أن الشعبة المصرية للجمعية الدولية للتعليم التجارى والتى أنا عضو بها هى التى نظمت هذه المسابقة بمعاونة جريدة البروجريه اجيبشيان .

فسألناه ـ هل يمكنكم اعطاؤنا فكرة عن اهداف هذه الجمعية ؟

ان شعبتنا فرع لهذه الجمعية حكمها حكم الشعب الاخرى الاهلية فى مختلف بلدان أوروبا وامريكا والعضوية فى الشعبة تتضمن فى نفس الوقت العضوية فى الجمعية الدولية وتتلخص أغراض الشعبة فيما يلى :

أ ـ تقوية التعليم التجارى ونشر الثقافة التجارية فى مصر .

ب ـ تشجيع التعاون بين القائمين على شئون التعليم التجارى ودوائر الاعمال .

جـ الاتصال الدائم باللجنة المركزية للجمعية الدولية للتعليم التجارى والاشتراك فى أوجه نشاطها وكذا انشاء الروابط بالهيئات الاخرى التى تهدف الى نفس الغاية .

ويمكنكم بسهولة ادراك مدى المجال الذى يهيمن عليه نشاط جمعيتنا والذى يجذب خاصة العنصر النسائى الذى بدأ يحتل مكانا واضحا فى هيكل المؤسسات التجارية والصناعية والمصرفية أقصد الكاتبات على الالة الكاتبة والمختزلات والسكرتيرات .

فسألناه ـ اتعتقد سيادتكم أن البطولة قد تكون من نصيب العنصر النسائى ؟

فأجاب ـ الامر فى غاية البساطة فقد أصبحت أهمية الالة الكاتبة فى أى مكتب محترم هى نفس أهمية قلم الحبر لكل انسان مثقف فقد انقضى الوقت الذى كانت تنسخ فيها السجلات بخطوط غير واضحة وفى ساعات طويلة كما أصبح من الهزل استعمال البالوزة فى نقل الصور التي يحتاجها الارشيف .

ففى أيامنا هذه تظهر أهمية المكتب التجارى بما يحتويه من الات كاتبة تنفذ العمل وتسطر الجداول والاحصاءات وتصدر النشرات بهذا النغم المستمر الهادىء الذى يجعلك تغوص فى جو العمل بحمية ومهارة وأصبحت كذلك الحاجة ملحة الى المهرة من المجدين فى استعمال هذه الالة فكان اختيارهم ضمن من توفرت لديهم الكفاءات الخاصة فى هذه المهنة . فالواقع أن كل خطاب ما هو الا بطاقة ترسلها المؤسسة الى العميل وكل جدول تزيد فائدته كلما ازدادت وضوحا تماما كالبيانو أو كأى آلة موسيقية أخرى لا يكفى أن تحرك أصبعك عليها لتسمع أنغامها بل يجب أن تكون لديك أيضا الاذن الموسيقية والاحساس بالجمال والصبر والتمرين عليها وتفهم ما قصده واضع القطعة الموسيقية مثلا كذلك الامر بالنسبة للالة الكاتبة يجب العمل عليها باجادة وسرعة وهذا يستلزم تفهم مدى أهمية العمل الذى تؤديه عليها .

سيقتصر الامر هذا العام على مسابقة للسرعة لنبين لكل من يهمه هذا الفن مدى ما يمكن الوصول اليه فى هذا المجال بفضل التمرين الدائب والخبرة فى العمل وفى السنين القادمة سنهتم بالشكل والتنسيق ثم بالتصرف وبعدها بالاختزال واستعمال الالة الكاتبة الكهربائية والالات الحاسبة الخ .

فعدنا نسأله ـ أتشجع سيادتكم الانسات بالالتحاق بهذه المهنة ؟

فقال ـ بكل تأكيد فقد أثبتت الايام أن هذا العمل يجب أن يسند دائما الى العنصر النسائى فمن الطبيعى انه اذا عهد الى المرأة بهذه المهمة فيستطيع الرجل أن يهتم بأعمال أكثر صعوبة ومسئولية من المفروض عليه تحملها بطبيعة مركزه فى المجتمع .

فطموحه وهو شاب ثم وهو رب عائلة يجبره على تسلق الدرجات فى أقصر وقت ممكن فى حين أن المرأة التى لا يقل طموحها عن طموح الرجل الا أنها تهدف الى غاية نهائية أخرى بطبيعتها فهى تبدأ وهى انسة بشغل وقتها بالعمل لتكسب مرتبا يعاونها على احتياجاتها الخاصة ومصروفها العادى ثم تتزوج فتستمر أو لا تستمر فى العمل حسبما يتراءى الامر لزوجها فاذا رفض تغير هدفها كلية أما اذا وافق يكون ذلك معاونة زوج كريم لا تكفى مكاسبه للعيش فى مستوى معين يرتضيانه . أو يكون ذلك لاشباع رغبة استقلالية خاصة فى نفسها . وهناك أيضا حالة من تهمل المناسبات والظروف التى قد تجد فيها زوجا وذلك اخلاصا منها لعملها ويكون صاحب العمل فى هذه الحالة هو الرابح عادة رغم اعتقادى أنه قد يكون أسعد اذا رآها تبلغ هدف جنسها أى أن تكلل مجهوداتها بانسحابها المنظم الى بيت الزوجية .

وعدنا نسأله ـ هل أنتم ضد فكرة وصول المرأة الى أهم المراكز فى مهنتها ؟

فأجاب ـ لست رجعيا فى هذه المسألة ولكنى أصارحك اننى من أنصار التعاون التام بين الرجل والمرأة على أن يتفهم كل منهما المهمة المكفولة له . فقوانين الطبيعة وحفظ الجنس يحتم أن يكون لكل من الرجل والمرأة هدف مستقل ولكن رغم تباين الهدفين فهما يجتمعان فى نهاية واحدة الا وهى التكوين والاستمرار .. المجتمع للرجل فيه نصيب العمل الشاق الجنسى والذهنى وللمرأة فيه نصيب العمل الاقل ارهاقا وعلى الاخص العمل الخلقى . فقد خلق الله المرأة لتكمل الرجل ولتسهر على استمرار الجنس ولكن هذا يبعدنا كثيرا عن موضوعنا الاصلى .

وسألناه ـ الا تعتقد سيادتكم أنه يجب أن تسند وظائف السكرتارية دائما الى السيدات ؟

فأجاب ـ نعم بالتأكيد أرى أن هذا العمل يتفق ووظيفة المرأة غير أنه لا يستوجب أن تستأثر به . فالمرأة بطبيعتها لطيفة المعشر ميالة الى النظام حليمة . طبيعى ان الرجل يستطيع القيام بهذا العمل على أنه كما سبق أن ذكرت يحسن قيامه بعمل اخر يدعو الى جهد أكبر .

فسألناه ـ ما هى الصفات المطلوبة فى السكرتيرة المثالية ؟

فأجاب ـ فى دنيا الاعمال مطلوب من السكرتيرة أن تكتب ما يملى عليها بسرعة ١٠٠ كلمة فى الدقيقة ثم تسجيل ذلك على الالة الكاتبة بسرعة ٤٠ كلمة فى الدقيقة بدون اخطاء املائية مع مراعاة قواعد الذوق فى التنسيق كما يجب عليها مع مضي المدة التعود علي تحرير

الخطابات على ضوء البيانات العامة التى تكون فى حيازتها .. وهـذه المهمة تشمل ناحيتين ناحية ادارية وهى أنه يجب أن تكون مطلعة من رئيسها على الاعمال الجارية ـ أن تعد الاحصائيات أن تلم بالموضوعات اللازمة لعمل رئيسها . والناحية الاخرى هى اتصالاتها الخارجية فيجب أن تكون لديها امكانيات

نفسية لتستطيع مقابلة الزائرين ـ وأن ترد على المكالمات التليفونية وأن تدون المواعيد الهامة وأن تقوم بحجز التذاكر والاماكن لسفرياته وكافة الاشياء الاخرى بحيث يمكنها

أن ترفع عنه الكثير من هذه المشاغل الصغيرة حتى يمكنه تركيز ذهنه فى الاعمال المهمة المثمرة ، ويجب عليها بالاخص التطبع بشخصية رئيسها وتفهم

ما يلزمه وهذا لا يعنى تلاشى شخصيتها فان مهمتها تنفيذية قبل كل شىء . فهى التى تترجم افكار رئيسها ويجب عليها أن تعاونه معاونة وثيقة فى عمله .

فسألناه ـ ماذا يجب أن تكون عليه السكرتيرة ؟

فاجاب ـ أراها حسنة الهندام دائما أسنانها وأظافرها نظيفة لا تستعمل كثيرا من المساحيق على أن يكون شعرها مرتبا وانيقة فى غير تبرج . وأن تكون طباعها هادئة بحيث تتحمل تعليمات رئيسها دائما ضاحكة تخدم رؤساءها متواضعة مع زملائها ومرؤوسيها ـ محبة للنظام ـ رصينة ـ جريئة فى عملها على أن يكون ذلك فى الحدود المسموح لها بها .

فسألناه ـ هل يمكنكم اعطاؤنا بعض معلومات عن المعرض الثانى للمكتب الحديث ؟

فقال ـ هذا المعرض سبق اقامته فى سنة ١٩٥٣ وقد كان له أطيب النتائج والغرض الحقيقى منه هو رفع مستوى العمل فى المكاتب عن طريق عرض أحسن وأحدث ما وجد فى الاسواق المحلية والخارجية من مهمات تستعمل فى المكاتب ويزيد من تلقاء هذا الاستعمال الكفاية الانتاجية فمن المعلوم أن أحسن الجيوش فى العالم تطمع فى التسلح ـ ان كان ذلك لغرض الدفاع أو الهجوم ـ بأحدث المخترعات فمن ناحية الموظف نفسه ، فان استعماله الات الكتابة والجمع والحساب الحديثة يختصر من الوقت ويكون انتاجها دائما من النظافة والتنسيق ما يشجع الموظف أن يحاول دائما التقدم فى عمله وبالتالى يبدأ فى حب كل ما هو نظيف وجميل . ولا يخفى عليكم أن من أهم عناصر النجاح فى العمل هو راحة الموظف فاذا فكر صاحب العمل فى تركيب تكييف الهواء مثلا والاهتمام بالاضاءة وانتقاء أحسن المقاعد والمكاتب والات الاتصال الداخلية فسيشعر الموظف باحترام لمكان العمل ويسود النظام ويزيد الانتاج . علاوة على ما يجنيه صاحب العمل من فائدة مباشرة وغير مباشرة من جراء السمعة الطيبة الاتية من داخل مكاتبه عن طريق هؤلاء الموظفين

ومن الخارج من الدعاية التى يقوم بها عملاؤه ـ والذى نأمله من وراء اقامة هذا المعرض الذى يضحى العارضون به مبالغ ضخمة أن يقوم بزيارته أكبر عدد ممكن من الموظفين والموظفات حتى يلموا بجميع ما سيحويه من الات وأدوات ومعدات

ويصبح بذلك حاضرا فى ذهنهم أن هناك مجالا للتقدم كلما سنحت الفرصة وسمحت المالية بشراء احدى هذه المستحدثات فيكون لزاما عليهم فى هذه الحالة الالحاح على صاحب العمل مع اقناعه بشراء ما يلزم .

فسألناه ـ هل هناك مشروعات اخرى ؟

فقال ـ نعم فان الشعبة المصرية للجمعية الدولية للتعليم التجارى تنوى انشاء مدرسة لسكرتاريات

الاستاذ بهير انسى

الادارة وأخرى لتلقين فن البيع وعلاوة على ذلك فانها تشجع بجميع الوسائل استخدام أحدث الطرق فى اختيار الموظفين والموظفات وتعيينهم بالوظائف التى تناسب مؤهلاتهم وذلك عن طريق التوجيه والتدريب المهنى الذى أخذت أكبر البيوتات المالية بتطبيقه منذ عام ونصف وبدأت تجنى ثمرات هذه الجهود .

ميزات عديدة في الموديل الجديد

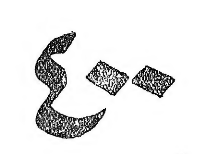




الثلاجة التي لا تضاهيها في المزايا
أية ثلاجة كهربائية أخرى

الوكلاء الوحيدون
بالقطر المصري
شركة وادي النيل للهندسة والتجارة

١٥ شارع ألفي بك بالقاهرة ت ٥٣٦٠٤ - الأسكندرية ٤٦ شارع صفية زغلول ت ٣٠٥٩٤
ولدى الموزعين المعتمدين في جميع أنحاء الجمهورية



هدية فاخرة
تقدمها لك
"بنت النيل"
مجانا

●

اكتبي اسمك
وعنوانك
على هذا الكوبون
لتفوزي باحداها

●

آخر موعد
لارسال الكوبون
يوم ١٥

كوبون هدايا بنت النيل

الاسم ....

....

العنوان ....

....

الفائزات بهدايا بنت النيل

(بقية ص ٨٢)



نجوى دنيال بجرجا ـ مارى بغداد بالزقازيق ـ عبد الرحمن بدران بالسويس ـ عطيات محجوب بطنطا ـ حرم فيليب جبران بالاسكندرية ـ حرم يوسف مصطفى ببنى سويف ـ سوسة صالح بقنا ـ حرم محمد كيلانى بالاسكندرية ـ رجاء سليمان بالاسكندرية ـ مرفت راغب بأسوان ـ حرم محمد مختار بالاسكندرية ـ حرم سالم عبد العال بالاسكندرية ـ حرم فوزى كليب بالسودان ـ ثروت دميان بملوى ـ حرم يس عبد الحميد باسوان ـ زينب معنوف بالاسكندرية ـ دولت العجيل بطنطا ـ حرم يوسف سويحة برأس غارب ـ انعام حافظ بالاسكندرية ـ حرم عبد العزيز الناظر بطما ـ حرم عبد الرحمن جاويش ببسيون ـ نادية عمر بالاسكندرية ـ حرم عبد العظيم فرغلى بالاسكندرية ـ سهير وهبه ببنى سويف ـ حرم سليم نصر بالفيوم ـ ميمى دانيال بقلوصنا ـ حرم محمد حماد بالمنصورة ـ حرم اسكندر حنا بالمنيا ـ حرم محمد أبو سمرة ببور سعيد ـ اصلاح حزين باسنا ـ جلاجل هيكل بالسنبلاوين ـ فاطمة فهمى بالاسكندرية ـ اليس عبد السيد ببنى مزار ـ فايزه الشرقاوى ببور سعيد ـ ايفون مجدلانى بالاسكندرية ـ نجوى الدمياطى بطنطا ـ حرم عبد الرحمن بكير ببور سعيد ـ ناجى انطاكية بالاسكندرية ـ زينب الغرابلى ببنى مزار ـ بلانش مرهم بالاسكندرية ـ مريم الدمهوجى بالاسكندرية ـ حرم احمد خليل بالسويس ـ لولا محمد حسن بالمنيا ـ امال صليب بطنطا ـ عطيات عبد الحميد بالاسكندرية ـ سوسو البسيونى بالمنصورة ـ حرم كامل محمود محمد بالاسكندرية ـ احسان زكى بالاسكندرية ـ عزيز راغب بالسويس ـ فاطمة زغرب بالسويس ـ حرم عنتر مشالى ببنها ـ حكمت حسب الله بميت غمر ـ ايفون مرقس بالمنيا ـ مفيده النشوقاتى بالاسكندرية ـ عايده خاطر بالزقازيق ـ عايده كيرلس بالفشن ـ سامية عبد الفتاح بالمنصورة ـ نبيلة على محمد بالقنطرة ـ أمال البدراوى بدراو قبلى ـ سميرة مصطفى باسيوط ـ سعاد البيار بالاسكندرية ـ زوزو عطعوط ببور سعيد ـ ثريا الديب بالاسكندرية ـ حرم عبد الرحمن السعيد بشاية ـ محروسة دكرورى بدفنو ـ توسا الحسينى بالاقصر ـ حرم محمد توفيق بأسيوط ـ فوزية احمد محمود بالاسكندرية ـ حرم عبد الحميد متولى بالمنيا ـ فاطمة مختار بأسوان ـ حرم عبد الحميد الجندى بسنورس ـ ملك الشتناوى بالمحلة الكبرى ـ مدام أسعد الفخرانى بجرجا ـ حرم سعيد ربيع بأشمون جريس ـ فلوره عبد الشهيد بأسيوط ـ زوزو البرنوفى بالفؤادية ـ فاطمة حسنين بعزبة البرج ـ مارى عوض الله بطوخ دلكه ـ حرم احمد فؤاد ببنها ـ كريمة زكى دليك بالاقصر ـ حرم فايز المصرى بالاسكندرية ـ حرم عبد العزيز عبده بالمنيا ـ هنية نصيف بولس بالاقصر ـ حرم صبحى محمد على بالسويس ـ أمال عاشور بالاسكندرية ـ فردوس عشم بالفيوم ـ نجوى العندليب بالعراق فوقية مشهور بمينا القمح ـ ليلى عبد المنعم بسوهاج ـ تفيده الصوان بطنطا ـ ماجدة أبو الفار بشبين الكوم ـ كرستين حرتوشى بالسويس ـ نوال كاظم ببنى سويف ـ نوال مرعبى بالسويس ـ نجيب عبد الملك بالاسماعيلية ـ فاطمة الغنام بالاسكندرية ـ اعتدال نجم بالتل الكبير ـ هناء حمدى بطنطا ـ أمينة محمود بالمنصورة ـ عايدة محمود عثمان بالاسكندرية ـ انطوانيت غبريال بطنطا ـ روحية احمد بنجع حمادى ـ نعمت الخشاب بكفر الشيخ ـ عايدة الفطاطى بالاسكندرية ـ سعاد ادم بالسويس ـ فاطمة ابراهيم بالاسكندرية ـ نبوية الجيد داود بطنطا ـ كاميليا اسعد بالفرنون ـ ليلى ابوالعز بفارسكور سلوى العوضى بطنطا ـ حميدة لاشين بالواسطى ـ سوزان صالح بدمنهور ـ منيرة العشماوى بالفيوم ـ خاطر الباجورى بالاسكندرية ـ فتحية سالم بكفر الزيات ـ ميمى على ابراهيم بالسويس ـ عواطف محمد توفيق بالاسكندرية ـ صفية احمد الزكى بمنية النصر ـ قاطمة عبد المعطى بدمياط ـ حرم سعيد عبد اللطيف بالزقازيق ـ فوزية عبد الباقى ببور سعيد ـ خديجة عويس بالاسكندرية ـ فهيمه الدالى بالسويس ـ حرم خليل سيد احمد بالمنصورة ـ عطيات محمد باسيوط ـ فريدة ابراهيم كرار ببولاق ـ ثريا عبد الحافظ بشبرا

هبة عرفان بالاسكندرية ـ سرية فوزى بالاسكندرية ـ حرم مصطفى جاويش بالزقازيق ـ مدام بنية تاوضروس بالاسكندرية بثينة ابو الرحب بكفر الدوار ـ مدام فؤاد ابراهيم بطنطا ـ نفيسه احمد شلبى بالمنصورة ـ نفوسة محمد فهيم بالاسكندرية ـ حرم ابراهيم الراكشى بالاسكندرية ـ فوزية على محمد بسوهاج ـ وطنية محمد عبد الرحيم بقطون ـ ايفون توفيق خليل بطنطا ـ محمود على شلبى ببنى سويف ـ سعاد احمد هوله بالبسلقون ـ ليلى انيس يعقوب بالفكرية ـ فتحية كردوس بكفر الشيخ ـ حرم عبد الرءوف عفيفى بكفر الشيخ ـ فايزة مسعود بقليوب ـ خديجة احمد ابو الحمد بالاسكندرية ـ حرم سعد صادق بالمنصورة ـ ليلى احمد داود بالاسكندرية ـ ابتسام زكريا صالح بطنطا ـ ثريا الرافعى بالاسكندرية ـ أميمة عون بالمحلة الكبرى ـ سعاد اسماعيل سامى بأبو قرقاص ـ اسماء احمد فؤاد بطنطا ـ حرم فيليب جدان بمنية النصر ـ فايزة السيد حامد بالاسكندرية ـ حرم حسين المصرى بكفر الزيات ـ فكروزه كمال عماد بميت غمر ـ حرم عبد الرحمن حسن بكفر الزيات ـ حرم عبد المنعم مرقس بسوهاج ـ زينب حلمى بالاسكندرية ـ فوزية كامل ببوش ـ سامية حجازى بقويسنا ـ فوقية أبو دراع ببور سعيد ـ درية محمود لهيطة بور سعيد ـ ليلى عباس بالعباسية ـ سوسن حسن بيومى بالمحلة الكبرى ـ عزة الغندور بالاسكندرية ـ حرم محمد توفيق زكى بالسويس ـ ثريا احمد ببنى سويف ـ عليه جلال رواقه بأسيوط ـ ام كلثوم الغندور ببلقاس ـ سميحة شوقى بالزقازيق ـ مارى برهومة بههيا شرقية ـ حرم كمال السماحى بالفجالة ـ منيتس فرج بحدائق

القبة — تماضر حسن بشبرا — سهير العمرى بمصر القديمة — هيلين عبده بالفجالة — صوفى منا لوبولو بمصر — هيلين حبيب بشبرا ايفيت فرعون بمصر — ماجدة سليم بمصر — روز عبد المسيح بمصر — اودث مرعى بمصر — عطيات صليب بشبرا — حرم يوسف عيسوى بمصر — مارى عبيد بحدائق القبة — حرم عبد الرحيم صقر بعابدين — فيفى عبيد بمصر — حرم الهامى شاكر حسن بمصر — سعاد عمر الحميدى بباب اللوق — فاطمة سالم بمصر — سوسن زهدى بالعباسية — زينب ندا بجاردن سيتى — لواحظ شوقى بالعباسية — فايزة فريد بمصر — سميحة كامل بالزمالك — سوزان سعيد بشبرا — مارى عزيز بمصر الجديدة — رجاء فودة بمصر — عصمت خطاب بمصر — اولحظ عبد الحميد بالسيدة زينب — فوزية عبد السلام بمصر — حرم لبيب قلادة بشبرا — سكينة عبد الرازق بالمعادى — حرم عبد القادر فوزى بالعباسية — احسان حسين حسن بالحدائق — ثروت حسين حجاب بالروضة — جوليا مترى بمصر — مريم حبيب بمصر — كاترين عزيز بمصر الجديدة — عطيات محمد بالعباسية — حرم كامل عطية بمصر الجديدة — انيسة عبد العال بشبرا سميحة توفيق بالحدائق — عايدة أمين بشبرا — ايلين عريان بشبرا — أمال شعبان بالجيزة — صفاء عطوة بالحدائق — سهام شريف بالعباسية ليلى حسن بمصر — حرم حسن محمد بمنشية البكرى — صفية عبد الوارث بالروضة — عايدة حلمى بالدقى — فوقية مصطفى بشبرا — مارسيل عبد الله بالظاهر — الفت مسعود بالروضة — حرم على السلانلكى بالمطرية — حرم عبد الحميد مصطفى بسراى القبة — فائقة ظهران بروض الفرج — زينب هريدى بالعباسية — جانيت عطا الله بمصر — اديث طرزيان بمصر — ليلى زعله بامبابة — سهام عبد الله بمصر — حرم حسن مأمون بشبرا — حرم على خرشيد بشبرا — سعاد محمد عمر بشبرا — فيفى كامل بعابدين — كريمة حسين بعابدين — الفبرا البان بالظاهر — فاطمة — فاطمة محمد الجردانى بروض الفرج — ففيان عبد الرءوف بالسيدة زينب — امال نوار بمصر الجديدة — فيفى العقاد بعابدين — فاطمة على عزت بالسبتية — أمال مصطفى محمد بالمغربلين — حرم محمود شامى بمصر — نانسية نور بالروضة — اسما فريد بمصر الجديدة — فاطمة السيد خليل بشبرا — حرم يوسف درويش بمصر زينب خليل بالمنيل — كاميليا فهمى بالمعادى — فاطمة الشامى بشبرا —

عاطف رمسيس بشبرا — ثريا صلاح الدين بالعباسية — ليلى فهيم بعين شمس — فوزية الجمل بالمعادى — ايناس محمد حسن بالجيزة — فائقة رزق بشبرا — وسبينا عبد الله بمصر — مشيرة مصطفى بعابدين — حرم محمد حسن مرسى بمصر — حرم زكى منصور بمصر — نبيلة صالح بالعباسية — سعاد فؤاد بالسيدة زينب — مريم عمر صادق بالحدائق — نعمات كامل بالجيزة — منيرة موسى بشبرا — نعيسان منسى ببيروت — سهيلة سامى بلبنان — فاطمة الزعيم بسوريا — فاطمة الخسان بالخليج الفارسى — خديجة الارناقوط بدمشق — نجاة الزئبق بدمشق — نادية شاهين ببيروت — أمال السيد

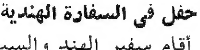
بالمعادى — جلوريا شلبى بشبرا — زينب سامى بعابدين — لنلى سعيد زكى بالحدائق — أمال الشلقانى بمصر الجديدة — حرم حسن رشوان بعابدين — حرم وديع يعقوب بالظاهر منى أبو زيد بروض الفرج — نورا نجيب بشبرا — تهانى دياب بالمنيرة وفاء ضياء محمد بمصر الجديدة — سميرة ذو الفقار بالجيزة — اليس مقار بشبرا — سعاد الجندى بالروضة — حرم احمد الحليم بالجيزة ايلين مرقس بالقللى — فهيمة ناشد بشبرا — زينب عبد الرؤوف بالسكاكينى — فاطمة عبد الرؤوف بالزيتون — احسان جاد بالحدائق — ايمان جوده بالجيزة — فيفين عفت بعابدين — ليلى صبرى بمصر

الجديدة — فايزة عبد الرازق بعابدين — وداد توفيق بالروضة — مارى نافورى بالقاهرة — عواطف نصر بعابدين — حرم طلعت سعيد بشبرا — زينب محمود طه بالجيزة عزة حلمى بالجيزة — فوزية رؤوف بعابدين — فاطمة سعيد بالدقى — سميرة ابراهيم الزيتون — قمر ابراهيم بالزيتون — حرم محسن عوف بمصر الجديدة — توحيدة جاويش بالمنيرة سهير السمرى بالروضة — دلال محمود بالمعادى — مدام حكمت فرام بالحدائق — سوسن زكى بالجيزة مفيدة صبرى بمصر الجديدة — بهية اليشوطى بمصر الجديدة — شموس فايد بالحدائق .



المرأة في الحيــــاة الاجتماعيـــة

(بقية ص ٧)



حفل في السفارة الهندية

أقام سفير الهند والسيدة حرمه حفل تكريم للسيد كريشنا مينون مندوب الهند الدائم في هيئة الامم المتحدة بمناسبة زيارته الاخيرة الى مصر . وحضر الحفل السفراء وعقيلاتهم .

خناقة نساء الدولة

وأخيرا انتهت خناقة سيدات الدولة بالصلح في قاعة المحكمة على النزاع الذى كان قائما بينهن من قديم وكانت السيدة منيرة حسني رئيسة الاتحاد قد رفعت جنحة مباشرة ضد السيدة ثريا كامل أمينة الصندوق والسيدة منيرة ابراهيم عضو الاتحاد بعد ان اتهماها بتبديد أموال الاتحاد .

وكان موعد نظر القضية في الاسبوع الماضي وقبل نظر القضية التقت السيدة منيرة حسني بالسيدتين في فناء المحكمة وتصافت النفوس وتم الصلح في الجلسة واعتذرتا للسيدة منيرة حسني التي قبلت الاعتذار وتنازلت عن القضية .

وبنت النيل تتمنى ان يكون الصلح دائما قبل ان يصل الامر الى التقاضي والمسامح كريم ..

احتفال بانتصارات المرأة

احتفل اتحاد الجامعيات بالاستاذة سهير القلماوي والسيدة أمينة السعيد بمناسبة جائزة الادب التي فازت بها الاستاذة سهير القلماوي وقبول السيدة أمينة السعيد عضوا في مجلس ادارة نقابة الصحفيين .

حفل في نادي السيارات

أقام السيد محمد سلطان وحرمه حفلا كبيرا بنادي السيارات خلال الشهر الماضي ، وحضر الحفل عدد كبير من سيدات المجتمع المصري وبعض الاجنبيات .

تكريم الامير

كان الامير عبد الله الجابر الصباح والاميرة قرينته موضع حفاوة المجتمع المصري خلال الشهر الماضي ، فقد دعاهما الاستاذ محمود حسن رئيس نادي الجزيرة الى حفلة غذاء في شقته الانيقة .

الفتيات في اعياد الشباب

واشتركت في اعياد الشباب التي أقيمت خلال الشهر الماضي الفتيات المصريات وكان منظرهن في العرض أو في الالعاب التي قمن بها منظرا يشيد بما وصلت اليه الفتاة المصرية من تقدم ورقي .



السيدة ثريا كامل — السيدة منيرة حسني

مطابع شركة الاعلانات الشرقية

ورشة حفر فنديان